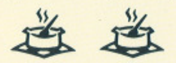
Indicaciones prácticas

Para principiantes



Para cocineros con poca experiencia



Para cocineros avanzados





En esta obra las medidas se expresan en gramos y litros. Además, se emplea la taza como medida –con capacidad de 250 ml– tanto para ingredientes líquidos como sólidos. El peso medio de los huevos a emplear en las recetas es de 60 g. La capacidad y el peso de las conservas varían ligeramente según el producto y el fabricante, por lo que recomendamos escoger el que más se aproxime al indicado en la receta.

Unidades de medidas y abreviaturas

Taza	= 250 ml
Cucharada	= cuchara sopera poco colmada o 20 ml
Cucharadita	= cucharilla de café rasa o 5 ml
g	= gramo
kg	= kilogramo
ml	= mililitro
l	= litro

Este libro ha sido producido por
Murdoch Books, Wharf 8/9, 23 Hickson Road, Miller's Point, NSW 2000 Australia
Título original: *Classic Essential Bread & Buns*

Bonner Str. 126, D-50968 Köln
Traducción del inglés: Asunción Domenech para J. Miguel Storch de Gracia
Redacción y maquetación: J. Miguel Storch de Gracia, Pilar Seidenschnur
Impresión y encuadernación: Miracle Printing Co., Ltd.
Printed in Hong Kong, China – Impreso en Hong Kong, China
ISBN 3-8290-1269-1

10 9 8 7 6 5 4

PANES
y
BOLLERÍA

KÖNEMANN

El placer de amasar pan

La tarea de elaborar pan puede asustar incluso al más experimentado cocinero, recordarle un quehacer doméstico de otros tiempos ligado a misteriosos rituales y que esconde innumerables trampas. ¿Qué pasa si la levadura no funciona? ¿Tardará todo el día en subir? ¿Por qué preocuparse cuando se puede ir a la panadería y comprarlo? Sin embargo, cuando su cocina se impregne del denso aroma del pan en el horno y cuando deguste la primera rebanada, encontrará la respuesta. Con los adelantos actuales, como hornos con termostato o levaduras fiables, la elaboración del pan puede ser mucho más fácil de lo que lo fue para los panaderos en el pasado.

Para amasar y cocer el pan con éxito es importante entender cómo influye cada paso en el resultado.

Levadura en polvo: disuelva la levadura en polvo en agua templada, a veces con un poco de azúcar para activarla. Mantenga la mezcla unos 5 minutos en sitio templado, transcurridos los cuales debe tener un aspecto espumoso y haber aumentado un poco de volumen. Si es así, deséchela y empiece de nuevo. Usamos levadura en polvo en nuestras recetas porque se adquiere fácilmente en el comercio, puede guardarse en la despensa y tiene fecha de caducidad.

Levadura fresca: la levadura fresca prensada puede sustituirse por levadura en polvo o desecada; 15 g de levadura fresca equivalen a un sobre de 7 g de levadura en polvo. La levadura fresca puede adquirirse en tiendas de alimentos dietéticos, pero a veces es difícil de encontrar y tiene un período de conservación muy corto.

Cuando la mezcla de levadura esté espumosa, añada la harina y los demás ingredientes.

Harina: el contenido de harina de la masa depende mucho de las marcas e incluso de las partidas, por eso indicamos una cantidad mínima y otra máxima (por ejemplo 3-3½ tazas de harina). Empiece con la cantidad mínima y añada el resto cuando sea necesario. Procure que la pasta no quede demasiado seca, pues al amasarla absorbera más harina.

Amasar: éste es un paso importante que determina la textura final del pan. No caiga en la tentación de abandonar a los 5 minutos. Se trata de una acción simple y es muy fácil coger el ritmo. Sostenga una punta de la masa con una mano y estírela hacia afuera con el dorso de la otra. Vuelva a unir la masa, dóblela en cuartos y repita la operación. Cuando haya acabado forme una bola con la masa; debe tener una consistencia fina y correosa. Para conseguir una masa suave y viscosa como la del *brioche* se usa un rascador para volver a unir la masa mientras con la otra mano se la estira y golpea sobre la superficie de trabajo.

Levado: coloque la masa en un cuenco ligeramente embadurnado con aceite para que no se pegue y cúbrala con una película plástica engrasada o con un paño limpio y enharinado. Déjela reposar en un lugar templado (30º C es la temperatura ideal) para permitir que suba; a esto se llama levado. No exponga la masa a un ambiente excesivamente cálido con objeto de acelerar la subida: el pan puede adquirir un sabor desagradable y estropearse la acción de la levadura. Aunque en un ambiente más frío la masa tardará más en subir, no se producirán otros efectos adversos. La masa estará



De izq. a der.: Coburgo, Pan de fantasía con trenza, pan de molde blanco e integral

lista cuando haya doblado su volumen y no recupere su estado al presionarla con el dedo.

Golpear: en esta etapa la masa se golpea con el puño para que expulse el aire. Después se amasa ligeramente de nuevo durante un minuto para que resulte homogénea.

Ya tenemos la masa lista para darle forma. Este proceso se ilustra paso a paso en algunas de las recetas. Para obtener los mejores resultados, utilice bandejas de horno fuertes y resistentes para las hogazas y recipientes oscuros para los panes de molde. Las superficies negras contribuyen a la obtención de una corteza morena homogénea.

Los panes con formas más caprichosas requieren moldes específicos que se adquieren en grandes almacenes y tiendas especializadas. Aquí sugerimos algunas alternativas, como esos moldes alargados para pasteles que sin duda ya tiene en su alacena. Procure utilizar el tamaño de molde más parecido al que se sugiere en la receta, pues esto afecta al tiempo de cocción. Normalmente el pan debe reposar otra vez antes de ser horneado.

Hornear: cueza el pan siguiendo las indicaciones en un horno precalentado. Al final del tiempo indicado, pruebe si está bien cocido sacándolo del molde y golpeando la base con los nudillos: si suena hueco, está hecho. En caso contrario, vuelva a ponerlo en el molde y hornéelo otros 5-10 minutos. Desmóldelo y déjelo enfriar en una rejilla metálica.

Conservación: el pan casero no se conserva tanto tiempo como el de los comercios pues no tiene conservantes; consúmalo en el día o tuéstelo al día siguiente. Puede guardarlo bien envuelto en el congelador 3 meses. Descongélelo a temperatura ambiente y hornéelo 10 minutos.



Panes

Preparar pan resulta sencillo una vez se sabe cómo. Estas recetas básicas pueden servirnos de punto de partida, pues para hacer cualquier tipo de pan se utilizan técnicas similares.

Pan blanco

Mezcle una bolsita de 7 g de levadura seca con ½ taza de agua templada en un cuenco pequeño; añada una cucharadita de azúcar y remueva. Tape con plástico transparente y deje reposar 5 minutos hasta que aparezcan burbujas en la superficie.

Tamice en un cuenco grande 4 tazas de harina común sin blanquear, 1 cucharadita de sal, 2 cucharadas de leche entera en polvo y 1 de azúcar. Haga un hoyo en el centro y añada la levadura, ¼ de taza de aceite y 1 taza de agua templada. Con las manos o con una cuchara grande, trabe una masa fina; póngala sobre una superficie enharinada y amase unos 10 minutos o hasta que quede fina y elástica. Si quedase pegajosa, incorpore un máximo de ½ taza de harina extra.

Pásela a un cuenco grande un poco engrasado, tápela con un paño y déjela reposar en sitio templado 1 hora o hasta que suba. Vuelva a trabajarla, golpeándola contra la mesa y amasándola 1 minuto.

Divida la masa y forme las hogazas o panecillos; tápelos con plástico transparente y espere 45 minutos hasta que aumenten el doble. Póngalos en moldes engrasados con mantequilla o aceite. Si les da formas especiales, póngalos en una placa engrasada.

Hornee las hogazas y panecillos 10 minutos a 210° C (en un horno de gas a 190° C); bájelo a 180° C y hornee otros 30-40 minutos. Las hogazas de diversas formas deben también cocerse durante 10 minutos a 210° C (190° C en gas) y seguir luego en el horno 20-30 minutos a 180° C.

El tiempo de cocción varía según el tamaño. Para comprobar que está hecho, golpee el dorso del pan con los nudillos: si suena a hueco, es que está cocido. O pinche el pan con un aguja larga y fina: si sale limpia, estará listo.

Nota: con esta masa puede hacer 1 hogaza grande, 2 medianas o 3 pequeñas; o bien 16-24 panecillos.

Pan integral

Sustituya la harina blanca común por harina integral y siga la receta del pan blanco. Si lo quiere más ligero, utilice harina blanca e integral a partes iguales.

Otros tipos de pan

Coburgo: crujientes hogazas redondas con uno o varios cortes en la superficie, normalmente en cruz, hechos justo antes de meterlas en el horno.

Cob: variedad del coburgo; sencilla y crujiente hogaza sin cortes en su superficie.

Si lo prefiere, puede hacer las hogazas ovaladas; decórelas con trocitos de masa o con los adornos que prefiera.

De izquierda a derecha: coburgo integral, hogaza de pan blanco con trenza, pan integral pequeño, pan de molde de hierbas, pan blanco sencillo, coburgo blanco con cortes transversales, hogaza ovalada.

Pan de molde de hierbas

Extienda la masa en un rectángulo de 20x30 cm; espolvoree con finas hierbas y tomates secos troceaditos. Enróllelo como para rollo suizo y póngalo en el molde con la juntura hacia abajo. Hornéelo el mismo tiempo que el pan blanco.

~ Panecillos ~

Elabore su propia selección de panecillos con masa de pan hecha con harina blanca o integral, y con los acabados y lustres de las páginas 8-9.

Parker House
Extienda una masa de pan blanco o integral de 1 cm de espesor. Recorte círculos de 8 cm de diámetro con un cortapastas liso enharinado. Marque una raya fina en el centro del círculo con el dorso de un cuchillo, dóblelo por la marca y presione suavemente. Colóquelos a una distancia de 5 cm en bandejas engrasadas. Tápelos y deje reposar en sitio templado 20 minutos hasta que la masa suba del todo. Barnícelos a su gusto y hornéelos a 180º C unos 15-20 minutos. Vea ilustraciones de la página. 8.

De izquierda a derecha por hileras: espirales y nudos; panecillos circulares planos; variedad de amapola con masa de hierbas; panecillos de hierbas; amapolas; panecillos rellenos cortados; medias lunas y panecillos rellenos.

Medias lunas
Utilice la mitad de la masa preparada de pan blanco o integral. Caliente 1 cucharada de aceite en una sartén; sofría 1 cebolla, 2 lonchas de beicon y 2 cucharaditas de romero fresco, finamente picados; deje enfriar. Divida la masa en dos. Forme con cada parte un círculo de 30 cm. y cúbralo con una ligera capa de salsa de tomate; añada el sofrito de cebolla. Corte cada círculo en 12 cuñas; empezando por el lado más ancho, enrolle cada cuña en forma de media luna. Colóquelas a una distancia de 5 cm en una bandeja ligeramente engrasada. Déjelas reposar, cubiertas, en sitio templado durante 20 minutos o hasta que hayan subido por completo. Barnícelas con huevo entero y agua. Hornee a 180º C durante 15-20 minutos.

Espirales
Divida la masa en 16-24 trozos iguales. Estírelos en tiras de 30 cm de largo y forme con ellas espirales muy prietos; ponga una punta debajo de la otra y presione. Póngalos a una distancia de 5 cm en una bandeja engrasada. Déjelos reposar, cubiertos, en sitio templado 20 minutos o hasta que hayan subido del todo. Barnícelos a su gusto. Hornee a 180º C durante 15-20 minutos.

Nudos
Divida la masa en 16-24 trozos iguales. Estírelos en tiras de 30 cm de largo. Haga un nudo flojo con cada tira. Colóquelos a una distancia de 5 cm en una bandeja engrasada. Proceda como con los espirales.

Panecillos ovalados
Divida la masa en 16-24 trozos iguales y forme panecillos ovalados. Puede dejarlos lisos o darles un corte longitudinal o dos en diagonal. Colóquelos a una distancia de 5 cm en una bandeja ligeramente engrasada. Proceda como con los espirales.

Panecillos rellenos
Divida la masa en 16-24 trozos iguales. Estírelos hasta conseguir círculos de 10 cm. Ponga una cucharadita de relleno en el centro de cada uno, envuélvalo con la masa y presione los bordes. Póngalos en la placa con la juntura hacia abajo, separados 5 cm. Proceda como con los espirales.

Panecillos de trébol
Divida la masa en 16-24 trozos. Parta cada uno en tres bolas; una los tríos de bolas y colóquelos en una placa engrasada, separados entre sí 5 cm. Proceda como con los espirales.

Amapolas
Divida la masa en 16-24 trozos y aplástelos un poco con las manos. Haga con las tijeras 5 cortes en los bordes cada 2 cm. Póngalos en la placa engrasada separados entre sí 5 cm. Proceda como con los espirales.





Decoración, coberturas y sabores

Elabore sus propias especialidades de pan y panecillos con estas deliciosas sugerencias: desde un delicado y ligero lustre hasta un sabor de queso y hierbas.

Decoración
Antes de hornear, espolvoree la masa con harina, copos de avena, sal gorda, trigo machacado o queso *cheddar* rallado; o pruebe con semillas de amapola, sésamo, alcaravea, calabaza, eneldo, hinojo o girasol. Unte con 1 cucharada de salsa de tomate mezclada con 2 cucharadas de aceite de oliva; espolvoree tomillo o romero secos.

Coberturas y glasas
Antes de hornear
Para dar color a la corteza: bata un huevo entero con una cucharadita de agua.
Para conseguir una corteza muy dorada: bata 1 yema de huevo con 1 cucharadita de agua.
Un delicioso brillo oscuro para panes de sabores: bata 1 huevo con 1 cucharadita de aceite, sal y pimienta.
Corteza crujiente: monte 1 clara de huevo con una cucharadita de agua.
Brillo ligero: unte con leche o mantequilla fundida.
Después de hornear
Corteza blanda: saque el pan del horno y píntelo con mantequilla fundida; hornee otros 2 minutos, sáquelo y píntelo de nuevo; déjelo enfriar.
Corteza brillante: bata 1 clara con 1 cucharada de agua; pinte el pan recién cocido y hornéelo 5 minutos más; déjelo enfriar.
Corteza brillante y dulce: mezcle 1 cucharada de azúcar con 2 de leche y pinte sobre el pan caliente. Hornéelo 5 minutos más.
Glasa azucarada: disuelva a fuego lento ¼ de taza de azúcar en dos cucharadas de agua. Hierva la mezcla durante 2 minutos hasta conseguir una consistencia almibarada, extiéndala sobre el pan caliente.
Glasa de gelatina: mezcle en un cuenco al baño María 1 cucharada de agua con 1 de azúcar y otra de gelatina hasta que se disuelvan. Unte la glasa sobre el pan caliente.
Glasa de miel: pinte el pan caliente con miel templada 2-3 veces.
Glasa de albaricoque: mezcle ½ taza de mermelada de albaricoque colada con 2 cucharadas de brandy templado. Extiéndala varias veces sobre el pan caliente.

Condimentos
Mezcle mantequilla fundida con la masa o píntela sobre la masa extendida, esparza los condimentos y luego enróllela.
Hierbas variadas: mezcle 2-3 cucharadas de hierbas frescas, o 1 cucharadita de tomillo y otra de romero secos, con 1-2 dientes de ajo picados (opcional).
Semillas: añada 2-3 cucharadas de alcaravea, hinojo, tomillo o anís secos.
Queso y hierbas: añada 1 taza de *cheddar* y ½ de parmesano rallados, ¼ de cucharadita de polvo de ajo, 2 cucharadas de perejil fresco picado y 3 medias cucharaditas de tomillo, orégano y mejorana.
Aceitunas: mezcle 1-2 tazas de aceitunas verdes deshuesadas, rellenas o negras bien picadas con 2 cucharadas de hierbas frescas.
Cebolla y beicon: sofría en una cucharada de aceite 1 cebolla grande muy picada con 2 lonchas de beicon en trocitos; deje enfriar y añada 2 cucharadas de cebollino picado.
Frutos secos: añada 2 tazas de frutos secos enteros o troceados: almendras, pacanas o nueces tostadas .
Tomates o pimientos secos: añada ½ taza de tomates o pimientos secos, 4 cebolletas bien picadas y 2 cucharadas de hierbas frescas picadas.

De izquierda a derecha, por hileras: panecillos en forma de nudo y de hoja de trébol con glasa de clara de huevo y agua; panecillos ovalados y espirales con lustre de clara de huevo; panecillos de hierbas abrillantados con yema de huevo y agua; tres hileras de bollos de sabores y remates variados; panecillos rellenos pintados con yema de huevo y decorados con semillas.

Pan de masa agria de centeno

Preparación:
40 min + 1½ h de fermentación + 1–3 días de reposo
Cocción:
40 min

Para 2 hogazas




Masa de levadura agria
- 1 bolsita de 7 g de levadura desecada
- 1 cucharadita de azúcar
- 2 tazas de harina de centeno
- 1¾ tazas de agua templada

Masa de pan
- 1 taza de harina de centeno
- 2 cucharaditas de sal
- 3½-4½ tazas de harina de trigo común
- ¼ de taza de azúcar morena
- 3 cucharaditas de semillas de alcaravea
- 1 bolsita de 7 g de levadura desecada, extra
- 1 taza de agua templada, extra
- ¼ de taza de aceite

1 **Masa de levadura agria:** mezcle la levadura, el azúcar, la harina de centeno y el agua templada en un cuenco mediano; tape con plástico transparente y deje reposar toda la noche a temperatura ambiente para que se agrie. Si desea un sabor agrio más intenso, déjela reposar 3 días.

2 **Masa de pan:** pinte una bandeja de horno con aceite o mantequilla. En un cuenco, ponga la harina de centeno, 3½ tazas de harina de trigo común, el azúcar, las semillas y la sal. Disuelva la levadura en agua tibia. Haga un hoyo en el centro de la harina; añada la masa agria, la levadura y el aceite. Mezcle los ingredientes con una cuchara de madera y luego con las manos hasta tener una bola ligeramente pegajosa que se despegue de las paredes del cuenco. Añada harina extra si es necesario.

3 Pase la bola a una superficie enharinada y amásela 10 minutos hasta que quede fina y elástica; incorpore más harina si es necesario. Póngala en un cuenco grande ligeramente engrasado; tape con plástico transparente y deje reposar 45 minutos, hasta que la masa suba del todo. Trabaje la masa 1 minuto; divídala en 2 porciones y forme 2 hogazas redondas u ovaladas. Póngalas en la bandeja del horno y espolvoréelas con harina de centeno; haga en la superficie varios agujeros de 2 cm de profundidad, o 3 cortes transversales. Tápelas con plástico transparente y déjelas reposar en sitio templado 45 minutos o hasta que la masa suba por completo. Espolvoree la harina extra y cuézalas 40 minutos en el horno precalentado a 180º C, hasta que al pinchar una aguja, ésta salga limpia. Enfríe en una rejilla metálica. Sírvalo con queso y pepinillos.

Nota Si no tiene una bandeja grande, hornéelas por separado; mientras hornea una, deje que suba la otra. También puede cocerlo en moldes. Se conserva hasta 5 días en recipiente hermético.





Haga un hoyo en el centro de la mezcla de harinas y añada entonces la masa agria.



Forme hogazas redondas u ovaladas y póngalas en la bandeja de horno engrasada.

~ Focaccia ~

Preparación:
50 min + 1 h y 50 min de reposo
Cocción:
25 min

Para 1 hogaza plana



7 g de levadura desecada
1 taza de agua templada
1 cucharadita de azúcar
2 cucharaditas de aceite de oliva
3-3½ tazas de harina de trigo común
1 cucharada de leche entera en polvo
½ cucharadita de sal

Decoración
1 cucharada de aceite de oliva
1-2 dientes de ajo majados
12 aceitunas negras
ramitas de romero fresco
1 cucharadita de orégano
1-2 cucharaditas de sal marina gorda

1~Pinte un molde de 28x18 cm con aceite o mantequilla fundida. Ponga la levadura, el agua y el azúcar en un cuenco grande y remueva hasta que la levadura esté disuelta. Tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 10 minutos o hasta que la preparación esté espumosa; añada el aceite. Tamice las 3 tazas de harina, la leche en polvo y la sal sobre la preparación de levadura; mezcle bien con una cuchara de madera. Añada suficiente harina para conseguir una masa uniforme y vuélquela sobre una supericie enharinada.

2~Trabaje la masa durante 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Póngala en un cuenco grande engrasado; pinte con aceite la superficie. Cúbrala con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que haya subido por completo. Golpéela luego contra la mesa y vuelva a amasarla 1 minuto más. Extiéndala en un rectángulo de 28x18 cm y póngala en el molde; tape con plástico transparente y espere 20 minutos a que suba. Con el mango de una cuchara de madera, haga agujeros hondos de 1 cm a intervalos regulares sobre toda la masa. Tápela con plástico transparente y deje reposar 30 minutos o hasta que suba del todo.

3~**Decoración:** unte la mezcla de aceite y ajo; esparza las aceitunas y el romero y espolvoree el orégano y la sal.

4~Precaliente el horno a 180º C. Hornee durante 20 minutos o hasta que esté dorada y crujiente. Sírvala templada en grandes trozos rectangulares.

Nota~Es mejor consumirla en el mismo día. Puede recalentarse.



Deje reposar la mezcla en sitio templado 10 minutos, o hasta que esté espumosa.



Trabaje la masa durante 10 minutos o hasta que esté fina y elástica.



Deje reposar la masa en un cuenco engrasado 1 hora o hasta que haya subido bien.



Con el mango de una cuchara de madera, haga unos hoyos regulares sobre la masa.

~ Barra de pan francés ~

Preparación:
35 min + 1 h y 40 min de reposo
Cocción:
30 min

Para 1 barra grande

2¼-2½ tazas de harina de trigo común
¼ de taza de harina de trigo integral
1 cucharadita de sal
1 bolsita de 7 g de levadura desecada
1 taza de agua templada
1 clara de huevo
1 cucharada de agua, extra

1 ~ Pinte una bandeja de horno grande y larga o una bandeja para barra de pan con mantequilla fundida o aceite. Tamice en un cuenco grande 2¼ tazas de la harina común con la harina integral y la sal; haga un hoyo en el centro. Disuelva la levadura en el agua templada y añádala a la harina. Trabaje esta masa con una cuchara de madera hasta formar una bola ligeramente pegajosa.

2 ~ Trabaje la bola en una superficie enharinada 10 minutos o hasta que quede fina y elástica. Incorpore un poco de la harina restante si lo necesita. Ponga la masa en un cuenco grande ligeramente engrasado y pinte su superficie con aceite. Cúbrala y déjela reposar en sitio templado 1 hora, o hasta que haya subido por completo.

3 ~ Golpee esta masa contra la superficie y trabájela de nuevo 1 minuto. Extiéndala en un rectángulo de 45x18 cm y luego enróllela en forma de salchicha larga. Doble las puntas y colóquela en la bandeja preparada. Cubra con plástico transparente y deje reposar 40 minutos o hasta que la masa haya subido por completo.

4 ~ Precaliente el horno a 210º C (en gas, a 190º C). Vierta 2 tazas de agua caliente en una fuente poco profunda y póngala en el fondo del horno (esto ayuda a conseguir una corteza crujiente). Pinte la barra con la clara de huevo batida ligeramente con el agua. Con un cuchillo o una cuchilla afilada, marque varios cortes en diagonal separados entre sí 5 cm. Hornéela durante 15 minutos; baje la temperatura del horno a 180º C. Pinte de nuevo la barra con la glasa y vuelva a hornear durante 15 minutos, o hasta que esté cocida. Retire la barra de la bandeja o del recipiente y enfríela sobre una rejilla metálica. Sirva con quesos blandos, como *camembert* o *brie*, o simplemente con mantequilla. Resulta también deliciosa para acompañar ensaladas, sopas o platos de pasta.

Nota ~ Lo mejor es consumir la barra el mismo día de su cocción, aunque puede congelarse y resulta muy útil para comidas rápidas y aperitivos. Si lo prefiere, puede preparar 6-8 panecillos individuales: forme con la misma cantidad de masa las piezas requeridas y hornéelas durante 10 minutos a 180º C. Baje el horno a 160º C y continúe la cocción: otros 10 minutos más, hasta que estén completamente hechos. Los recipientes para hornear pan en forma de barras se venden en tiendas especializadas de menaje.





Mezcle la harina con la levadura disuelta hasta conseguir una bola pegajosa.



Doble las puntas de la masa y enróllela en forma de salchicha alargada.

Pan de maíz tradicional

Preparación:
15 min
Cocción:
25 min

Para 1 hogaza de 20 cm



1 taza de harina de maíz	**½ cucharaditas de bicarbonato de soda**
2 cucharadas de azúcar refinada	**½ cucharadita de sal**
1 taza de harina de trigo corriente	**1 huevo, batido ligeramente**
2 cucharaditas de levadura en polvo	**60 g de mantequilla, fundida**

1 Precaliente el horno a 210º C (de gas, 190º C). Pinte un molde rectangular con aceite o mantequilla fundida y forre la base con papel antiadherente. Ponga la harina de maíz y el azúcar en un cuenco grande. Añada la harina de trigo tamizada, la levadura, la soda y la sal y mézclelos uniformemente.

2 Combine el huevo batido, la crema de leche y la mantequilla fundida en un recipiente. Incorpore rápidamente esta preparación sobre los ingredientes sólidos y remueva sólo hasta que se humedezcan.

3 Vierta la mezcla en el molde preparado y hornee durante 20-25 minutos o hasta que, al pinchar el centro con una aguja, ésta salga limpia. Manténgalo durante 10 minutos en el molde antes de volcarlo sobre la rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo caliente en cuadrados con mantequilla y queso.

Nota Consúmalo en el mismo día de su preparación. Para obtener los mejores resultados, emplee harina de maíz molida muy fina o medio fina.

Pan de cerveza

Preparación:
10 min
Cocción:
40 min

Para 1 hogaza



3¼ tazas de harina de trigo común	**50 g de mantequilla, troceada**
3 cucharaditas de levadura en polvo	**1 lata de cerveza de 375 ml**
1 cucharadita de sal	**¼ de taza de harina de trigo común, extra**
1 cucharada de azúcar	**semillas de eneldo, extra, para espolvorear**
2 cucharaditas de semillas de eneldo	**sal marina gorda**

1 Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º). Pinte una bandeja de horno con mantequilla fundida o aceite. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande; añada el azúcar y las semillas; remueva bien. Frote con los dedos la mantequilla con esta mezcla; haga un hoyo en el centro. Vierta toda la cerveza e incorpórela deprisa con una cuchara de madera hasta obtener una masa fina.

2 Pase la masa a una superficie enharinada; con la harina extra espolvoree sus manos y la masa. Trabájela bien 1-2 minutos y forme una bola lisa. Estírela ligeramente, aplástela un poco y con la punta roma de un cuchillo marque en el centro una larga hendidura de 2 cm. Pinte la superficie con agua y espolvoree generosamente con las semillas de eneldo y la sal gorda extras.

3 Hornéela durante 20 minutos; baje el horno a 180º C y prosiga la cocción otros 15-20 minutos o hasta que el pan esté bien hecho. Compruébelo golpeando su base con los nudillos: si suena a hueco, estará cocido. Retírelo del horno y déjelo enfriar en una rejilla metálica.

Nota Consúmalo preferentemente en el mismo día. Se congela muy bien.



Pan tradicional de maíz (arriba derecha) y Pan de cerveza

Pan de maíz tradicional

Preparación: 15 min
Cocción: 25 min

Para 1 hogaza de 20 cm



1 taza de harina de maíz
2 cucharadas de azúcar refinada
1 taza de harina de trigo corriente
2 cucharaditas de levadura en polvo
½ cucharaditas de bicarbonato de soda
½ cucharadita de sal
1 huevo, batido ligeramente
60 g de mantequilla, fundida

1. Precaliente el horno a 210º C (de gas, 190º C). Pinte un molde rectangular con aceite o mantequilla fundida y forre la base con papel antiadherente. Ponga la harina de maíz y el azúcar en un cuenco grande. Añada la harina de trigo tamizada, la levadura, la soda y la sal y mézclelos uniformemente.

2. Combine el huevo batido, la crema de leche y la mantequilla fundida en un recipiente. Incorpore rápidamente esta preparación sobre los ingredientes sólidos y remueva sólo hasta que se humedezcan.

3. Vierta la mezcla en el molde preparado y hornee durante 20-25 minutos o hasta que, al pinchar el centro con una aguja, ésta salga limpia. Manténgalo durante 10 minutos en el molde antes de volcarlo sobre la rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo caliente en cuadrados con mantequilla y queso.

Nota Consúmalo en el mismo día de su preparación. Para obtener los mejores resultados, emplee harina de maíz molida muy fina o medio fina.

Pan de cerveza

Preparación: 10 min
Cocción: 40 min

Para 1 hogaza



3¼ tazas de harina de trigo común
3 cucharaditas de levadura en polvo
1 cucharadita de sal
1 cucharada de azúcar
2 cucharaditas de semillas de eneldo
50 g de mantequilla, troceada
1 lata de cerveza de 375 ml
¼ de taza de harina de trigo común, extra
semillas de eneldo, extra, para espolvorear
sal marina gorda

1. Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º). Pinte una bandeja de horno con mantequilla fundida o aceite. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande; añada el azúcar y las semillas; remueva bien. Frote con los dedos la mantequilla con esta mezcla; haga un hoyo en el centro. Vierta toda la cerveza e incorpórela deprisa con una cuchara de madera hasta obtener una masa fina.

2. Pase la masa a una superficie enharinada; con la harina extra espolvoree sus manos y la masa. Trabájela bien 1-2 minutos y forme una bola lisa. Estírela ligeramente, aplástela un poco y con la punta roma de un cuchillo marque en el centro una larga hendidura de 2 cm. Pinte la superficie con agua y espolvoree generosamente con las semillas de eneldo y la sal gorda extras.

3. Hornéela durante 20 minutos; baje el horno a 180º C y prosiga la cocción otros 15-20 minutos o hasta que el pan esté bien hecho. Compruébelo golpeando su base con los nudillos: si suena a hueco, estará cocido. Retírelo del horno y déjelo enfriar en una rejilla metálica.

Nota Consúmalo preferentemente en el mismo día. Se congela muy bien.



Pan tradicional de maíz (arriba derecha) y Pan de cerveza

~ Pan de patata ~

Preparación:
45 min + 1¾ h de reposo
Cocción:
40 min

Para 1 hogaza de 25 cm

- 1 bolsita de 7 g de levadura desecada
- ¼ taza de agua templada
- 3½-4 tazas de harina de trigo común
- 1 cucharadita de sal
- 2 cucharadas de leche entera en polvo
- 1 taza de puré de patata templado
- ½ taza de cebollino fresco picado
- 1 taza de agua templada, extra
- 1 clara de huevo, para lustrar
- 2 cucharaditas de agua fría
- semillas o pepitas de girasol

1~Pinte un molde circular de 25 cm con mantequilla fundida o aceite; forre el fondo con papel antiadherente. Disuelva la levadura en el agua templada, tape y deje reposar en sitio templado 5 minutos o hasta que empiece a espumar. Tamice en un cuenco grande 3½ tazas de harina, la sal y la leche en polvo; incorpore con un tenedor la patata y el cebollino. Añada la levadura y el agua templada extra; mezcle bien añadiendo harina extra para conseguir una masa homogénea.

2~Amásela en una superficie enharinada 10 minutos o hasta que la pasta esté fina y elástica. Póngala en un cuenco engrasado y píntela por encima con aceite; tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado durante 1 hora o hasta que haya subido por completo. Golpéela contra la mesa y amase 1 minuto más. Divídala en 12 trozos iguales y forme con cada uno una bola homogénea.

3~Dispóngalas en el molde en dos capas dibujando una margarita. Tape con plástico transparente y deje reposar 45 minutos o hasta que la masa alcance el borde del molde. Pinte con la clara batida con el agua: espolvoree la bola del centro con las semillas.

4~Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º C). Hornee 15 minutos; baje a 180º C y cueza 20 minutos más, hasta que al pinchar el centro con una aguja, salga limpia. Deje el pan en el molde 10 minutos y vuélquelo en la rejilla metálica para que se enfríe.

Nota~Si el puré de patata no es muy espeso, añada un poco de harina extra para que la masa quede fina y algo pegajosa. Se conserva hasta 3 días en un recipiente hermético.



Con un tenedor, incorpore la patata y el cebollino a la mezcla de harina.



Golpee la masa con el puño y trabájela después durante 1 minuto.



Coloque 2 capas de 6 bolas en forma de margarita en el molde preparado.



Espolvoree con semillas de girasol la bola del centro de la margarita.

Pumpernickel

Preparación:
1 h + 2¼ h de reposo
Cocción:
50 min

Para 2 hogazas

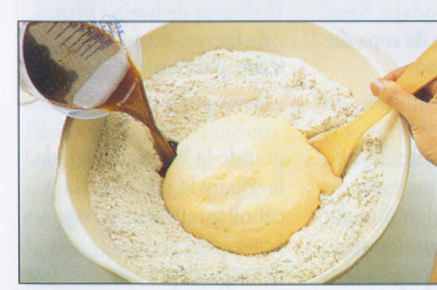



2 bolsitas de 7 g de levadura desecada	3½ - 4½ tazas de harina de trigo común
½ taza de agua templada	3 tazas de harina de centeno
1 cucharadita de azúcar	1 taza de salvado
2 tazas de agua fría	1 cucharada de semillas de alcaravea
¼ de taza de melaza	2 cucharaditas de semillas de hinojo
¼ de taza de vinagre de sidra	1 cucharadita de sal
90 g de mantequilla	1 clara de huevo
30 g de chocolate negro, troceado	1 cucharada de agua, extra
1 cucharadita de café instantáneo	semillas de alcaravea, extra

1. Pinte un molde circular de 20 cm y un molde rectangular de 28x12 cm con aceite (ver nota). Forre ambas bases con papel. Disuelva la levadura en agua templada y añada el azúcar; tape con plástico transparente y deje reposar 5 minutos hasta que la mezcla esté espumosa. Ponga en un cazo mediano el agua fría, la melaza, el vinagre, la mantequilla, el chocolate y el café; caliente un poco la mezcla hasta fundir la mantequilla y el chocolate.
2. Mezcle en un cuenco grande 3½ tazas de harina común, la harina de centeno, el salvado, las semillas de alcaravea y de hinojo y la sal.. Haga un hoyo en el centro; vierta la levadura y la mezcla de chocolate. Con una cuchara de madera y después con las manos, trabaje la masa hasta que se despegue de las paredes del cuenco y forme una bola consistente y pegajosa.
3. Vuélquela sobre una superficie bien enharinada y amásela 10 minutos. Incorpore la harina extra necesaria para obtener una masa densa pero fina y elástica. Divídala en dos partes y ponga cada una en un cuenco ligeramente engrasado; píntelas por arriba con mantequilla fundida o aceite. Tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado durante 1¼ horas o hasta que suban bien. Golpee las masas y trabájelas luego durante 1 minuto. Forme 2 hogazas y póngalas en los moldes preparados; tápelas con plástico transparente engrasado y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que suban bien.
4. Precaliente el horno a 180º C. Pinte la masa con la clara batida con agua y espolvoree con semillas. Hornéelas 50 minutos o hasta que estén bien doradas. Los últimos 15 minutos, cúbralas con papel de aluminio para que no se tuesten demasiado. Manténgalas en los moldes 15 minutos y vuélquelas sobre una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalas con quesos blandos, aceitunas, salmón ahumado y ramitas de eneldo.

Nota Cualquier molde de 7 tazas de capacidad sirve para esta receta. Se conserva bien una semana en recipiente hermético.





Incorpore a la harina la levadura y la mezcla de chocolate templado.



Vuelque la masa sobre una superficie bastante enharinada y trabájela 10 minutos.

Damper

Preparación:
10 min
Cocción:
35–40 min

4 tazas de harina de fuerza (3 blanca y 1 integral)	**1½ - 1¾ tazas de leche**
1 cucharadita de sal	**30 g de mantequilla, fundida**

Para 1 hogaza redonda



1. Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º C). Pinte con mantequilla fundida o aceite una bandeja de horno. Tamice las harinas y la sal en un cuenco grande, incorporando después todas las cascarillas; haga un hoyo en el centro.
2. Mezcle la leche con la mantequilla; vierta 1½ tazas del líquido sobre la harina. Mezcle rápida y ligeramente con un cuchillo, como si estuviese cortando. Si la masa queda demasiado seca, añada la leche restante: debe despegarse de las paredes del cuenco y formar una bola irregular y algo pegajosa.
3. Pásela a una superficie enharinada y trabájela 1 minuto o hasta conseguir una bola blanda y homogénea de 18 cm. Póngala en la bandeja y aplástela levemente. Con un cuchillo afilado, haga en la superficie 2 cortes de 2 cm de profundidad en forma de cruz. Pinte con leche extra y espolvoree con un poquito de harina integral.
4. Hornéela durante 15 minutos; baje el horno a 180º C y prosiga la cocción otros 20-25 minutos, o hasta que esté hecho y tostado; la base debe sonar hueca al golpearla con los nudillos. Enfríelo sobre la rejilla metálica. Sírvalo en trozos o en rebanadas, untado con mantequilla y, si quiere, con mermelada.

Nota Es mejor consumirlo en el día. Si utiliza sólo harina blanca conseguirá un *damper* más ligero; con harina blanca e integral a partes iguales resultará más denso.

Pan de cebolla

Preparación:
10 min
Cocción:
1 h y 20 min

2 cucharadas de aceite de oliva	**3 tazas de harina de fuerza**
2 cebollas, en rodajas finas	**2 tazas de crema de leche**
1 sobre de 35 g de sopa de cebolla francesa	**¼ de taza de harina blanca de fuerza, extra**
	leche, para lustrar

Para 1 hogaza



1. Pinte una bandeja de horno con aceite. Precaliente el horno a 180º C. Caliente el aceite en una sartén y sofría la cebolla a fuego bajo durante 20 minutos, o hasta que esté muy blanda y algo dorada; remueva frecuentemente. Escúrrala sobre papel absorbente y déjela enfriar.
2. Mezcle en un cuenco grande la harina tamizada, la sopa y la mitad de la cebolla; remueva y haga un hoyo en el centro.
3. Incorpore de una vez la crema de leche; remueva con rapidez hasta obtener una masa fina y pegajosa. Pásela a una superficie enharinada y enharine sus manos y la masa. Añada suave y rápidamente la harina necesaria para formar una bola homogénea.
4. Póngala sobre la bandeja y forme una hogaza un poco alargada. Marque la superficie con unos tijeretazos cada 3 cm y píntela con la leche. Hornéela durante 45 minutos. Sáquela del horno y distribuya entonces la cebolla reservada sobre su superficie. Reanude la cocción otros 10-15 minutos o hasta que el pan suene hueco al golpear su base. Sáquelo y déjelo enfriar sobre una rejilla metálica.

Nota Es mejor consumirlo en el día. Puede recalentarse.



Damper (arriba) y Pan de cebolla.

~ Rosetas ~

Preparación:
40 min + 2 h de reposo
Cocción:
25 min

Para 10 rosetas





1 bolsita de 7 g de levadura desecada
2 cucharadas de agua templada
50 g de mantequilla, ablandada
¼ detaza de aceite de oliva
¼ de taza de azúcar refinada
1¼ tazas de agua templada, extra
4¼-4 ½ tazas de harina de trigo común, tamizada
1 cucharadita de sal
leche, para lustrar

1~Pinte una bandeja grande de horno con mantequilla fundida o aceite. En un cuenco pequeño, disuelva la levadura en el agua templada; tape con plástico transparente y deje reposar 5 minutos o hasta que burbujee. Mézclela en un cuenco grande con la mantequilla, el aceite, el azúcar y el agua extra.

2~Incorpore 4¼ tazas de harina tamizada con la sal y remueva con una cuchara de madera hasta que la masa se despegue y forme una bola irregular y pegajosa. Pásela a una superficie enharinada y amásela 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Añada más harina hasta conseguir una masa fina. Pásela a un cuenco grande engrasado; pinte la superficie con mantequilla fundida o aceite. Cubra con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que haya subido por completo.

3~Golpee la masa contra la superficie y trabájela 1 minuto. Divídala en 10 partes y haga sendas bolas pequeñas; póngalas en la bandeja con una separación de 5 cm. Con un cortapastas redondo de 3 cm, haga un corte de 1 cm en el centro de cada bola; haga con un cuchillo 5 cortes de 1 cm de profundidad hacia abajo y a intervalos regulares. Tápelas con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que suban del todo.

4~Precaliente el horno a 180º C. Pinte las rosetas con leche y espolvoree por encima una capa fina de harina tamizada. Hornéelas 25 minutos o hasta que estén bien cocidas. Enfríe en una rejilla metálica.

Nota~Si no tiene una bandeja grande, realice dos hornadas. Deje reposar la mitad de la masa mientras cuece la primera.

Es mejor consumirlas en el día. Congeladas, pueden conservarse hasta 1 mes.





Pinte la superficie de la masa con mantequilla fundida o aceite.



Con un cortapastas redondo, marque una incisión en el centro de cada bola.



Trace cortes a una distancia similar alrededor de cada panecillo.



Antes de hornearlas, espolvoree por encima una fina capa de harina tamizada.

Grissini

Preparación:
40 min + 20 min de reposo
Cocción:
25 min

Para 18 *grissini*



1 bolsita de 7 g de levadura desecada
½ taza de agua templada
⅔ de taza de leche
50 g de mantequilla
1 cucharada de azúcar refinada
3½-4 tazas de harina de trigo común
1 cucharadita de sal
sal gruesa y semillas de sésamo o amapola para recubrir

1 Pinte tres bandejas de horno con mantequilla fundida o aceite. Disuelva en un cuenco pequeño la levadura en el agua templada. Cubra con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 5 minutos o hasta que espume. Temple en un cazo pequeño la leche, la mantequilla y el azúcar hasta que la mantequilla se funda.

2 Ponga en un cuenco grande 3½ tazas de harina y la sal; agregue la levadura y la leche y mézclelas a fondo. Añada más harina hasta obtener una masa homogénea. Pásela a una superficie enharinada y amase 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Divídala en 18 partes.

3 Forme palitos del grosor de un lápiz y 30 cm de longitud. Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º C). Reparta los palitos en las bandejas separados entre sí 3 cm; tape con plástico transparente y deje reposar 20 minutos.

4 Píntelos con agua fría y espolvoree con sal gruesa o semillas. Hornee durante 15-20 minutos o hasta que estén dorados. Sáquelos del horno y enfríe en una rejilla metálica. Baje el horno a 180º C, ponga de nuevo los *grissini* en las bandejas y hornéelos 5-10 minutos más hasta que estén secos y crujientes. Resultan deliciosos con sopas, ensaladas, salsas y aperitivos.

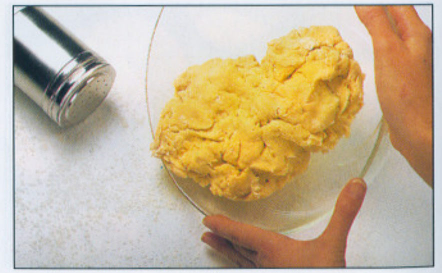
Nota Se conservan durante 1 semana en un recipiente hermético; también se pueden congelar.







Temple la leche con la mantequilla y el azúcar hasta que la mantequilla se funda.



Vuelque la masa del cuenco mezclador en una superficie ligeramente enharinada.



Forme con la masa unos palitos del grosor de un lápiz y una longitud de unos 30 cm.



Espolvoree los grissini con sal gorda o semillas de sésamo o amapola; hornéelos.

Pan italiano

Preparación:
30 min + 2 h de reposo
Cocción:
40 min

Para 1 hogaza



harina de maíz 1 bolsita de 7 g de levadura desecada ¼ de taza de agua tibia 3 - 3½ tazas de harina de trigo común 1 cucharadita de sal 1 cucharada de miel	1 cucharada de aceite de oliva 1 taza de agua tibia, extra harina de maíz o harina de trigo, extra *Lustre* 1 cucharada de agua ½ cucharadita de sal

1 Espolvoree una bandeja de horno con harina de maíz. Disuelva la levadura en agua templada; cúbrala con plástico transparente y déjela reposar 5 minutos en sitio templado. Tamice 3 tazas de harina de trigo con sal en un cuenco grande; haga un hoyo en el centro. Vierta la levadura, la miel, el aceite y el agua extra; mézclelo todo bien removiendo con una cuchara de madera hasta formar una bola irregular. Pásela a una superficie enharinada y trabájela durante 10 minutos o hasta conseguir una masa uniforme y elástica. Añada suficiente harina hasta obtener una masa fina.

2 Ponga la masa en un cuenco grande ligeramente engrasado y pinte su superficie con aceite. Tápela y déjela reposar en sitio templado durante 1 hora o hasta que haya subido por completo. Golpee la masa y trabájela 1 minuto más.

3 Forme con la masa una bola uniforme de 18 cm de diámetro, póngala en la bandeja preparada y aplane su superficie. Con un cuchillo afilado o una cuchilla, dibuje un enrejado en la superficie de la masa haciendo cortes entrecruzados a intervalos de 3 cm.

4 Precaliente el horno a 180° C. Ponga en el fondo una fuente llana con 2 tazas de agua (así el pan tendrá una corteza crujiente). Pinte la masa con el agua mezclada con la sal; espolvoree con harina de maíz o de trigo. Hornee durante 35-40 minutos o hasta que la base suene hueca al golpearla con los nudillos; enfríe sobre una rejilla metálica. Puede servirse en rebanadas con queso *ricotta,* jamón y tomates secos.

Nota Es mejor consumirlo en el mismo día. Puede recalentarse.
Si lo prefiere, decore la parte superior con una amplia incisión circular.



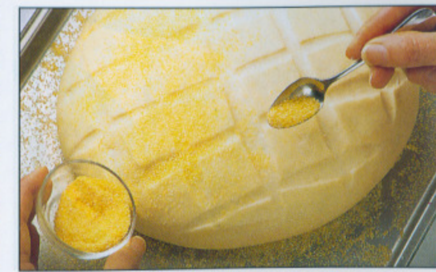
Prepare la bandeja de horno espolvoreándola regularmente con harina de maíz.



Una vez haya subido, golpee la masa y trabájela de nuevo durante 1 minuto.



Con un cuchillo bien afilado, dibuje un enrejado en la superficie de la masa.



Antes de hornear, espolvoree ligeramente la masa con harina de maíz o de trigo.

~ Pan de avena ~

Preparación:
45 min + 1¾ h de reposo
Cocción:
45 min

Para 1 hogaza



1 taza de copos de avena
1 ½ tazas de agua
2 bolsitas de 7 g de levadura desecada
½ taza de agua templada, extra
½ cucharadita de azúcar refinada
½ taza de leche templada
1 cucharada de azúcar morena
1 cucharadita de sal
3½-4 ½ tazas de harina de trigo común
¼ de taza de copos de avena, extra

1~Pinte con mantequilla o aceite un molde alto de 12x28 cm; forre la base con papel de horno. Remueva la avena y el agua en un cazo a fuego lento 3 minutos, hasta que los copos absorban el agua y estén blandos. Póngalos en un cuenco grande y deje reposar hasta que se entibien. Disuelva la levadura en el agua extra; añada el azúcar. Mezcle la levadura, la leche, el azúcar morena y la sal con los copos de avena. Añada 3½ tazas de harina de una en una hasta tener una masa fina.

2~Trabaje la masa 10 minutos sobre una superficie enharinada; añada más harina hasta que la masa quede fina y elástica. Pásela a un cuenco engrasado; pinte la superficie con aceite o mantequilla. Tape con plástico transparente y deje reposar en sitio tibio 1 hora hasta que suba.

3~Golpee la masa y trabájela 1 minuto más. Divídala en dos; extienda una parte en un rectángulo de 28x18 cm. Enróllelo y póngalo con la juntura hacia abajo en el molde. Divida la otra mitad en tres. Forme con cada una un rollo de 30 cm; tréncelos y píntelos con agua.

4~Espolvoree la tabla con los copos de avena extra; ponga encima la trenza y presiónela un poco sobre los copos. Póngala en el molde sobre la otra masa, estirándola para que ajuste. Tape con plástico transparente y deje reposar 45 minutos, hasta que alcance el borde del molde. Precaliente el horno a 180º C. Hornee 45 minutos, hasta que salga seca una aguja pinchada en el centro. Deje reposar 10 minutos y vuélquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Está muy bueno con mantequilla y mermelada.

Nota~Se conserva bien hasta 4 días.



Remueva a fuego lento hasta que los copos de avena absorban el agua y se ablanden.



Enrolle sin apretar la mitad de la masa y póngala en el molde con la juntura abajo.



Divida la otra mitad en tres partes, enróllelas en forma de salchicha y tréncelas.



Presione suavemente la pasta trenzada sobre los copos de avena extra.

Chapatis

Preparación:
40 min + reposo
Cocción:
40 min

Para 20 *chapatis*



2½ tazas de harina de trigo integral fina	**1 taza de agua templada**
1 cucharadita de sal	**½ taza de harina de trigo integral fina, extra.**
1 cucharada de aceite	

1. Ponga la harina y la sal en un cuenco grande; haga un hoyo en el centro. Incorpore de una vez el aceite y el agua; con una cuchara de madera y luego con las manos, mézclelo todo bien hasta conseguir una masa consistente.
2. Pásela a una superficie ligeramente enharinada y trabájela 15 minutos; no añada la harina extra en esta etapa. Forme una bola homogénea y póngala en un cuenco; tape con plástico transparente y deje reposar 2 horas como mínimo. Si lo prefiere, déjela reposar toda una noche.
3. Divida la masa en 20 trozos iguales y forme con cada uno una bola homogénea. Con ayuda de la harina extra, extienda las bolas en círculos finos del tamaño de una tortita. Cubra cada *chapati* con plástico transparente enharinado y déjelo reposar mientras hace el resto.
4. Caliente bien una sartén de fondo grueso y cuaje cada *chapati* 1 minuto por cada lado; ajuste el calor para que la masa se tueste pero no se queme. Mientras se hace, presione los bordes con un paño doblado: así se forman burbujas y queda más ligero.
5. Envuélvalos apilados en un paño de cocina limpio para que se conserven blandos y calientes. Sírvalos inmediatamente con platos de *curry* y verduras.

Nota. La harina *roti,* fina y de trigo integral, se puede adquirir en tiendas de productos dietéticos.

Tortillas

Preparación:
1 h
Cocción:
20 min

Para 16 tortillas de 20 cm, 20 de 15 cm o 40 de 10 cm



1 ½ tazas de harina de trigo común, tamizada	**1 taza de harina fina de maíz, tamizada**
	1 taza de agua templada

1. Ponga en un cuenco grande las dos harinas y haga un hoyo en el centro; añada poco a poco el agua templada y mezcle bien con un cuchilo para conseguir una masa consistente. Pásela a una superficie enharinada y amase 3 minutos hasta que quede fina.
2. Divida la masa en las partes requeridas; estírelas de una en una sobre una superficie enharinada hasta que queden muy finas (del grosor de un papel). Según las forma, tápelas con plástico transparente y déjelas reposar; forme el resto de las tortillas.
3. Caliente una sartén de fondo grueso o una plancha sin grasa. Ponga una tortilla y cuando los bordes empiecen a curvarse ligeramente, déle la vuelta. Unos pocos segundos por cada lado serán suficientes. Retire cualquier resto de harina quemado.

Nota. Las tortillas recién hechas se ablandan al reposar. Córtelas en trozos y sírvalas con salsas, o prepare *burritos* enrollándolas con algún relleno. Se conservan tiernas una semana en recipiente hermético; caliéntelas rápidamente en el horno o el microondas. Si quedan algo secas, desmenúcelas o trocéelas y fríalas en manteca o aceite hasta que estén crujientes.



Chapatis (arriba) y Tortillas

Pan de calabaza

Preparación:
35 min + 2 h de reposo
Cocción:
40 min

Para 1 hogaza redonda

1 bolsita de 7 g de levadura desecada
¼ de taza del líquido de cocer la calabaza o agua
4 - 4½ tazas de harina corriente de trigo
1 taza de puré de calabaza (300 g cruda)
1 cucharadita de sal
¼ - ½ taza del líquido de cocer la calabaza o agua, extra
1 huevo, batido
2 cucharaditas de agua, extra
pepitas de calabaza, para espolvorear

1~Pinte un molde hondo de 20 cm con mantequilla fundida o aceite y forre la base con papel de horno. Disuelva la levadura en el líquido de cocer la calabaza o en agua; tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 5 minutos o hasta que burbujee. Tamice en un cuenco grande 4 tazas de harina y la sal; añada la calabaza, la levadura y ¼ del líquido extra. Mézclelo bien con una cuchara de madera y luego con las manos hasta formar una bola irregular y un poco pegajosa. Añada más líquido si queda demasiado seca, según la humedad de la calabaza.

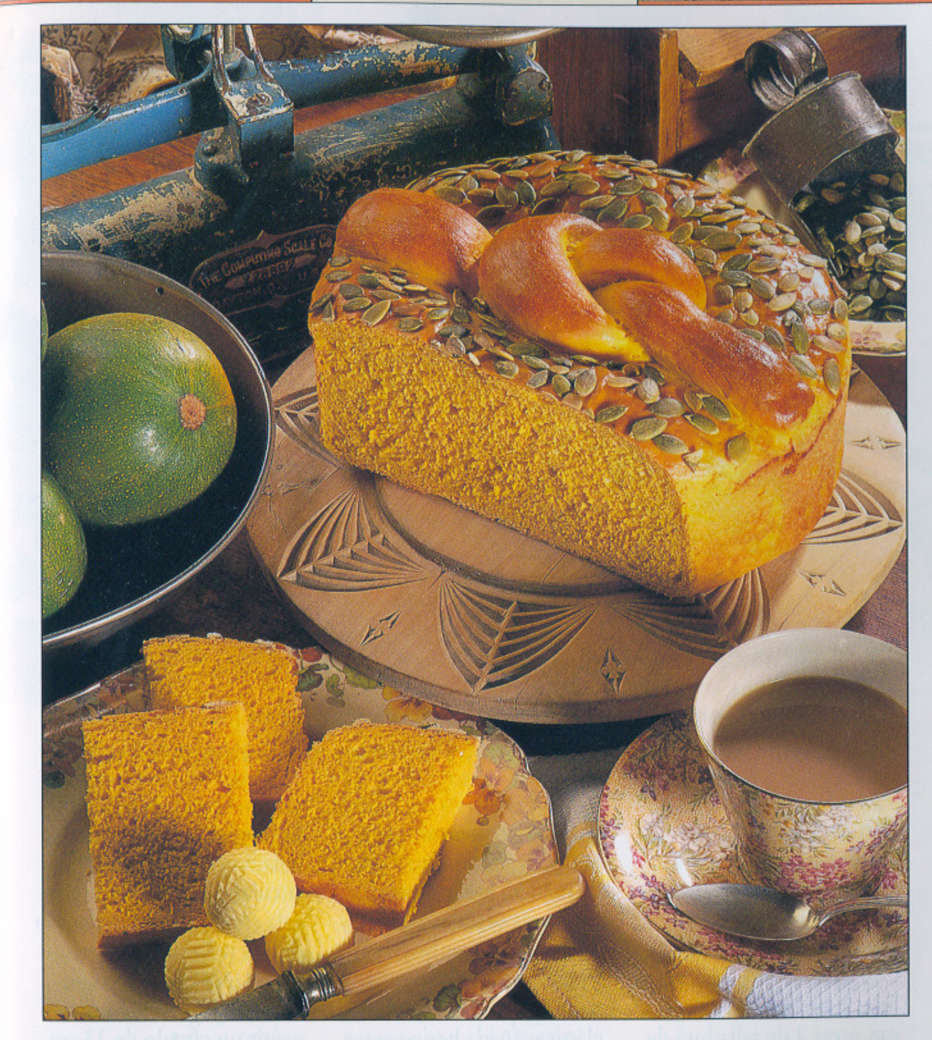


2~Pásela a una superficie enharinada y trabájela 10 minutos o hasta que quede homogénea y elástica; incorpore harina de la restante hasta obtener una masa fina. Pásela a un cuenco engrasado y pinte la superficie con aceite. Tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que haya subido del todo.

3~Golpee la masa y trabájela de nuevo 1 minuto. Separe un trozo del tamaño de una pelota de golf. Con el resto forme una bola grande y homogénea y póngala en el molde preparado. Extienda la bola más pequeña hasta conseguir una cuerda de 35 cm de longitud. Forme con ella un nudo flojo; colóquelo sobre la masa y fíjelo con un poco de agua para que se mantenga en su lugar. Cubra con plástico transparente y déjelo reposar en sitio templado durante 1 hora o hasta que haya subido hasta el borde del molde.

4~Precaliente el horno a 210° C (de gas, a 190° C). Pinte la masa con la mezcla de huevo batido y agua extra. Esparza las pepitas de calabaza. Hornee durante 20 minutos y después reduzca la temperatura a 180°C. Prosiga la cocción otros 20 minutos o hasta que esté bien hecho. Para evitar que el pan se dore en exceso, cúbralo con papel de aluminio durante los últimos 10 minutos. Sáquelo del horno y enfríelo sobre una rejilla metálica. Resulta delicioso servido simplemente con mantequilla.

Nota~El pan de calabaza se conserva hasta 3 días en un recipiente hermético y también puede congelarse.

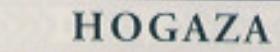




Coloque el nudo cruzado sobre la masa y después fíjelo con agua.



Pinte con la mezcla de huevo batido y agua y esparza las pepitas de calabaza.



~ Pan y bollos de fruta ~

Las frutas secas aportan una suavidad y una textura características a los panes y bollos de fruta, que constituyen así una alternativa saludable y nutritiva a otros dulces.

Pan de frutos secos
Tamice en un cuenco grande 2¼ tazas de harina. Añada 1 bolsita de 7 g de levadura desecada, 1 cucharadita de pimienta molida, 2 cucharadas de azúcar, otras 2 de ralladura de naranja, ⅓ de taza de pasas sultanas, ¼ de taza de pasas de Corinto, 1 cucharada de peladuras de fruta variadas y ¼ de taza de pacanas; remueva bien y haga un hoyo en el centro. Mezcle ⅓ de taza de zumo de naranja, 1 huevo, 30 g de mantequilla fundida y ⅓ de agua templada; añádalo a la anterior preparación y remueva con una cuchara de madera hasta conseguir una masa blanda. Pásela a una superficie enharinada y trabájela 10 minutos o hasta que esté fina y elástica; añada harina extra si es necesario. Presione con el dedo para comprobar si está lista: deberá volver a su forma sin dejar huella. Pásela a un cuenco grande engrasado y píntela con aceite. Tape y deje reposar en sitio templado 45 minutos o hasta que suba del todo. Golpee la masa y trabájela otro minuto para formar una bola homogénea alargada o circular. Si es alargada, póngala en un molde engrasado de 21x1x7 cm. Si es circular, en una bandeja engrasada, y aplástela para conseguir un círculo de 23 cm. Pinte por encima con aceite o mantequilla fundida; tape y deje que suba en sitio templado 30 minutos. Métalo en el horno precalentado a 180º C durante 20-30 minutos. Páselo a la rejilla y, aún caliente, pinte con 1 cucharada de leche mezclada con otra de azúcar. Sirva templado o frío.

Caracolas
Tamice en un cuenco grande 3 tazas de harina, ⅓ de taza de leche entera en polvo, ½ cucharadita de sal y 1 de pimienta. Añada dos bolsitas de 7 g de levadura desecada, ½ taza de azúcar, ½ de pasas sultanas y ½ de pasas de Corinto; haga un hoyo en el centro. Mezcle 50 g de mantequilla fundida, 1 taza de agua templada y un huevo poco batido; viértalo de una vez y remueva 2-3 minutos. Agregue hasta 1 taza de harina para que la masa quede blanda. Trabájela en una superficie enharinada 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Pásela a un cuenco grande engrasado y pinte la superficie con aceite. Cúbrala con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que suba. Golpee la masa; trabájela 1 minuto y estírela hasta conseguir un rectángulo de 30x45 cm. Píntelo con 30 g de mantequilla fundida y espolvoree ½ taza de azúcar morena mezclada con 1 cucharada de canela. Enróllelo por el lado más largo y divídalo en 16 cortes iguales. Póngalos a una distancia de 5 cm en bandejas de horno engrasadas y aplástelos un poco. Tape con plástico transparente engrasado y deje reposar en sitio templado 35-40 minutos o hasta que suban. Mételos en el horno precalentado a 210º C (de gas, a 190º C) durante 5 minutos; baje la temperatura a 180º C y prosiga la cocción 10 minutos más o hasta que estén bien cocidos. Páselos a la rejilla metálica y píntelos varias veces con ½ taza de miel templada. Extienda la cobertura escarchada sobre los rollitos aún calientes.

Cobertura escarchada: mezcle 2 tazas de azúcar glas, 30 g de mantequilla y 1-2 cucharadas de leche en un cuenco pequeño. Remueva hasta que la cobertura tenga un aspecto homogéneo y brillante; tíñala entonces con colorante alimentario.

Panes de frutos secos con una hilera de caracolas

Brioche

Preparación:
1 h + 2¾ h de reposo
Cocción:
1 h

Para 6 brioches pequeños
o 1 mediano



1 bolsita de 7 g de levadura desecada
½ taza de leche templada
1 cucharadita de azúcar refinada
4 tazas de harina de trigo corriente
1 cucharadita de sal
2 cucharadas de azúcar refinada, extra
4 huevos, a temperatura ambiente, un poco batidos
175 g de mantequilla, ablandada
¼ taza de harina, extra
1 yema de huevo
1 cucharada de nata

1. Pinte 6 moldes pequeños de brioche y uno alargado de 21x11 cm con mantequilla fundida o aceite (ver nota). Disuelva la levadura en la leche templada y vierta el azúcar; remueva, tape con plástico transparente y deje reposar 5 minutos o hasta que espume. Tamice la harina, la sal y el azúcar extra en un cuenco grande; haga un hoyo en el centro. Vierta los huevos y la mezcla de levadura; bata bien con una cuchara de madera y forme una bola irregular.

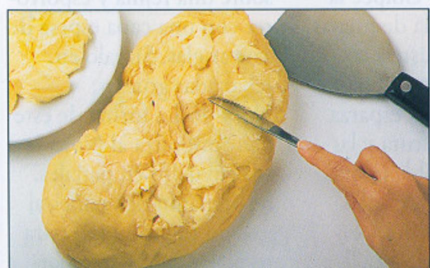
2. Pásela a una superficie ligeramente enharinada y trabájela 5 minutos hasta que la masa esté firme y homogénea. Incorpore gradualmente pequeñas cantidades de la mantequilla ablandada. Estire la masa con una espátula hasta agregar toda la mantequilla. Este proceso lleva unos 10 minutos y la masa debe quedar muy pegajosa.

3. Limpie la superficie de trabajo y las manos; espolvoree la superficie, las manos y la masa con un poco de la harina extra. Trabaje la masa ligeramente 10 minutos o hasta que esté homogénea y elástica. Pásela a un cuenco grande engrasado con mantequilla, pinte la superficie con aceite y tape con plástico transparente. Deje reposar en sitio templado 1½-2 horas, hasta que suba del todo. Golpee la masa y divídala en dos mitades. Cubra una con plástico transparente y resérvela. Divida la otra mitad en 6 partes similares y quite a cada una ¼ de su volumen. Forme círculos iguales con los trozos mayores y póngalos en los moldes; pinte con el lustre hecho de yema de huevo y nata líquida. Forme con los trozos menores bolitas pequeñas y póngalas sobre los grandes. Con un pincho de madera enharinado, atraviese cada bollito desde el centro de la parte superior hasta la base; retire el pincho. Esto sirve para fijar la bola al bollito. Pinte de nuevo con el lustre, cúbralos y déjelos reposar en sitio templado 45 minutos o hasta que hayan subido por completo. Precaliente el horno a 210° C (de gas, a 190° C) y hornee los *brioches* durante 10 minutos. Reduzca la temperatura a 180° C y prosiga la cocción hasta que estén bien hechos y dorados. Páselos a una rejilla metálica para que se enfríen.

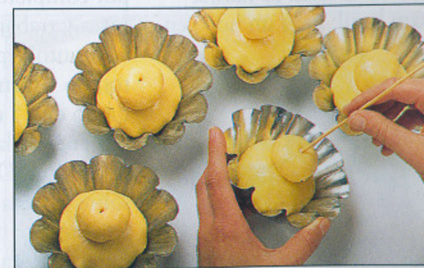
4. Mientras, ponga la otra mitad de la masa en el molde y pinte con el lustre. Tape y deje reposar 1 hora, hasta que suba por completo. Hornee a 210° C (de gas, a 190° C) durante 15 minutos; baje la temperatura a 180° C y prosiga la cocción hasta que esté bien hecho y dorado. Páselo enseguida a una rejilla metálica para que se enfríe.

Nota: Si no dispone de moldes de *brioche*, puede hornear la masa como dos panes de molde.





Incorpore gradualmente a la masa pequeñas cantidades de mantequilla ablandada.



Atraviese el centro del bollito hasta su base con un pincho de madera.

~ Pan alemán de Navidad ~

Preparación:
45 min + 2 h de reposo + 2 h de maceración
Cocción:
35–40 min

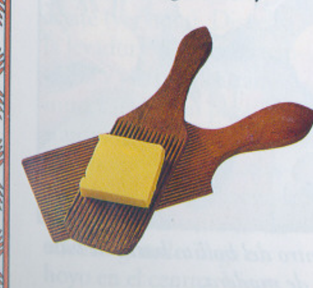
Para 1 pan ovalado



½ taza de pasas
½ taza de sultanas
2 cucharadas de peladuras de fruta variadas, picadas
¼ de taza de guindas confitadas, partidas por la mitad
2 cucharadas de ron
1 bolsita de 7 g de levadura desecada
⅓ de taza de agua tibia
60 g de mantequilla
½ taza de leche
¼ de taza de azúcar
1 cucharadita de ralladura de piel de naranja
3 - 3½ tazas de harina de trigo común
1 huevo, poco batido
¼ de taza de almendras fileteadas
20 g de mantequilla extra, fundida
azúcar glas, para adornar

1~Pinte una bandeja de horno con mantequilla fundida o aceite. Ponga las pasas, las sultanas, las peladuras y las guindas en un cuenco; vierta el ron y remueva. Tape y deje macerar un mínimo de 2 horas, o hasta que la fruta haya absorbido el ron.

2~Disuelva la levadura en el agua templada; cubra con plástico transparente y deje reposar 5 minutos o hasta que espume. En un cazo pequeño, caliente la mantequilla, la leche, el azúcar y la ralladura hasta que la mezcla esté templada y la mantequilla fundida. Tamice en un cuenco grande 3 tazas de harina con la sal; haga un hoyo en el centro. Agregue la levadura, la preparación de leche y el huevo batido; remueva hasta que esté todo bien mezclado. Añada más harina hasta conseguir una masa blanda.



3~Pásela a una superficie un poco enharinada y trabájela 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Póngala en un cuenco ligeramente engrasado con aceite; píntela por encima con mantequilla o aceite, cúbrala y déjela reposar en sitio templado o hasta que haya subido por completo. Golpee la masa y trabájela de nuevo 1 minuto. Aplástela con el rodillo y forme un cuadrado de 25 cm; esparza por encima la fruta y las almendras. Doble la masa sobre la fruta y trabájela ligeramente hasta incorporar la fruta por igual.

4~Extienda la masa para darle una forma oval de unos 30x20 cm. Póngala en la bandeja y pinte ligeramente la superficie con mantequilla fundida. Presione la masa a lo largo con el rodillo y dóblela por esta marca dejando un borde de 2 cm en el lado opuesto. Pinte la superficie del *stollen* con mantequilla fundida; tápelo y déjelo reposar en sitio templado 1 hora, hasta que haya subido del todo. Precaliente el horno a 180º C y hornee el pan 30-35 minutos o hasta que esté tostado. Enfríelo sobre una rejilla y espolvoree con una capa espesa de azúcar glas. Sírvalo en rebanadas gruesas.

Nota~La forma de este pan simboliza al Niño Jesús envuelto en pañales. Se preparan dos panes al mismo tiempo, uno para regalar y otro para guardar. Se conserva 1 semana en recipiente hermético.





Trabaje ligeramente la masa con la fruta hasta que ésta esté bien mezclada.



Presione longitudinalmente con el rodillo el centro de la masa.

Bocaditos

Preparación:
45 min + 1 h y 25 min de reposo
Cocción:
12–15 min

Para 12 bocaditos



4 tazas de harina de trigo común	1 taza de agua templada
⅓ de taza de leche entera en polvo	1 huevo, ligeramente batido
2 bolsitas de 7 g cada una de levadura desecada	1 yema de huevo, extra
½ cucharadita de sal	1 cucharada de agua, extra
½ taza de azúcar refinada	*Glasa escarchada*
½ taza de sultanas	1 ¼ tazas de azúcar glas
60 g de mantequilla, fundida	20 g de mantequilla
	2-3 cucharaditas de agua
	colorante alimentario rosa

1. Pinte dos bandejas de horno grandes con mantequilla o aceite. Mezcle bien en un cuenco grande 3 tazas de harina, la leche en polvo, la levadura, el azúcar y las sultanas. Mezcle aparte la mantequilla, el agua y el huevo y viértalo de una vez sobre la harina. Remueva 2-3 minutos o hasta que todo esté bien incorporado. Añada más harina de la sobrante hasta obtener una masa blanda.
2. Pásela a una superficie enharinada y trabájela 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Póngala en un cuenco grande un poco aceitado y pinte la superficie con aceite. Tape con plástico transparente y déjela reposar en sitio templado 1 hora o hasta que haya subido por completo.
3. Golpee y trabaje la masa 1 minuto. Divídala en 12 trozos y forme unos bollitos ovalados de 15 cm. Póngalos en las bandejas separados 5 cm; tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 20-25 minutos o hasta que suban del todo.
4. Precaliente el horno a 180º C. Pinte los bocaditos con la mezcla de yema y agua extras. Hornee durante 12-15 minutos hasta que estén bien cocidos. Sáquelos del horno y enfríelos en una rejilla metálica.
5. **Para hacer la glasa escarchada:** mezcle bien en un cuenco el azúcar glas, la mantequilla y el agua. Añada el colorante y remueva bien. Extienda la glasa con un cuchillo sobre los bocaditos.

Nota: Con la glasa, se conservan hasta dos días en recipiente hermético; sin ella, pueden congelarse durante 1 mes.



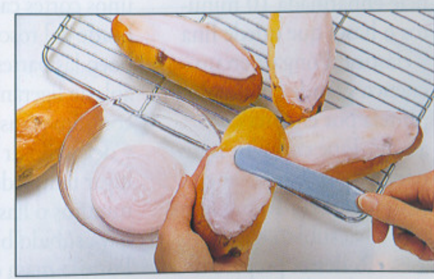
Ponga en un cuenco la harina, la leche, la levadura, la sal, el azúcar y las pasas.



Divida la masa en 12 trozos iguales y forme con ellos unos bollitos ovalados.



Pinte los bocaditos con la mezcla de yema de huevo y agua.



Extienda la glasa sobre los bocaditos con un cuchillo de hoja redonda o una paleta.

~ Roscón sueco para el té ~

Preparación:
1 h + 1¾ h de reposo
Cocción:
45 min

Para 1 roscón



1 bolsita de 7 g de levadura desecada 2 cucharadas de agua tibia ⅔ de taza de leche 60 g de mantequilla ablandada 2 cucharadas de azúcar refinada 2½-3 tazas de harina de trigo común 1 huevo, un poco batido 1 yema de huevo, extra 1 cucharada de agua fría ½ cucharada de sal	*Relleno* 30 g de mantequilla 1 cucharada de azúcar refinada ½ taza de almendras blanqueadas, picadas ½ taza de fruta variada ½ taza de guindas escarchadas, partidas en dos *Glasa* 1 taza de azúcar glas 1-2 cucharadas de leche 2 gotas de esencia de almendra

1~Pinte una bandeja de horno con mantequilla fundida o aceite. Disuelva la levadura en el agua templada; tápela con film transparente y déjela reposar 5 minutos o hasta que aparezcan burbujas en la superficie. Caliente en un cazo la leche con la mantequilla, el azúcar y la sal hasta que esté templada. Tamice 2 tazas de harina en un cuenco grande; añada las mezclas de levadura y de leche y el huevo batido. Remueva a fondo hasta que la preparación quede homogénea. Agregue más harina de la sobrante hasta obtener una masa blanda. Trabájela sobre una superficie enharinada 10 minutos o hasta que quede fina y elástica. Póngala en un cuenco grande engrasado y píntela por encima con aceite. Tape con film transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora hasta que haya subido del todo.

2~**Relleno:** prepare una crema con la mantequilla y el azúcar; incorpore las almendras, la fruta y las guindas.

3~Golpee y trabaje de nuevo la masa 1 minuto; estírela con el rodillo hasta formar un rectángulo de 25x45 cm. Extienda el relleno sobre la masa hasta 2 cm del borde, enróllela y forme un roscón dejando la juntura debajo. Una las puntas con un poco de yema de huevo y agua mezclados. Coloque el roscón sobre la bandeja.

4~Con unas tijeras haga unos cortes cada 4 cm en el borde del roscón. Ladee un poco las partes cortadas y aplaste ligeramente. Tape con film transparente y deje reposar en lugar templado 45 minutos o hasta que haya subido bien. Pinte la masa con yema de huevo mezclada con agua fría. Métalo en el horno precalentado a unos 180° C durante 20-25 minutos. Cúbralo con papel de aluminio si observa que se tuesta demasiado. Sáquelo y déjelo enfriar. Este roscón se sirve con el desayuno o la merienda.



5~**Glasa:** mezcle bien los ingredientes y vierta la glasa sobre el roscón. Lo puede acompañar con guindas extra.

Nota~Se conserva hasta 3 días en un recipiente hermético. Sin la glasa puede mantenerse congelado durante 1 mes.





Enrolle la masa después de extender por encima el relleno hasta 2 cm del borde.



Ladee los trozos cortados y aplástelos ligeramente.

~ Sally Lunn ~

Preparación:
35 min + 2½ h de reposo
Cocción:
45 min

Para 1 bollo



1 bolsita de 7 g de levadura desecada
¼ de taza de agua templada
1 cucharadita de azúcar
3 huevos, a temperatura ambiente
¾ de taza de leche templada
⅓ de taza de miel
125 g de mantequilla, fundida
½ cucharadita de sal
4 tazas de harina de trigo común
1 cucharada de azúcar, extra
1 cucharada de leche, extra

1~Pinte un molde circular de 25 cm con mantequilla fundida o aceite y forre la base con papel de horno. Disuelva la levadura en agua templada y añada el azúcar; tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 5 minutos o hasta que espume. Ponga los huevos, la leche, la miel, la mantequilla, la sal, 2 tazas de harina y la mezcla de levadura en el vaso grande de la batidora; bata a velocidad media durante 5 minutos. Fuera ya de la batidora, incorpore, revolviendo, más harina de la sobrante hasta conseguir una preparación espesa.

2~Cubra ligeramente con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1-1½ horas o hasta que haya subido del todo. Remuévala de nuevo.

3~Con un cucharón, ponga la masa en el molde; aplane la superficie con las manos engrasadas. Tape y deje reposar 1 hora o hasta que la masa suba hasta el borde del molde.

4~Precaliente el horno a 180º C. Hornee durante 35-40 minutos o hasta que, al pinchar el centro con una aguja, ésta salga limpia. Pinte la superficie con el azúcar extra y la leche mezcladas y reanude la cocción otros 5 minutos. Vuélquelo sobre una rejilla metálica y déjelo reposar 20 minutos. Sírvalo templado en rebanadas.

Nota~Para servirlo al modo tradicional, espere a que el bollo se enfríe y córtelo en 3 pisos iguales. Tuéstelos, úntelos con mantequilla por ambos lados y póngalos uno encima de otro para recuperar la forma original del bollo; sírvalo en rebanadas. Este pan inglés parecido a un bizcocho suele ofrecerse con el té de la tarde. Se conserva 5 días en un recipiente hermético y 1 mes en el congelador.



Incorpore la suficiente cantidad de harina sobrante para obtener una pasta espesa.



Deje que la masa repose en sitio templado hasta que haya subido por completo.





Con un cucharón rellene con esta masa el molde preparado.



Pinte la superficie del bollo cocido con la leche azucarada.

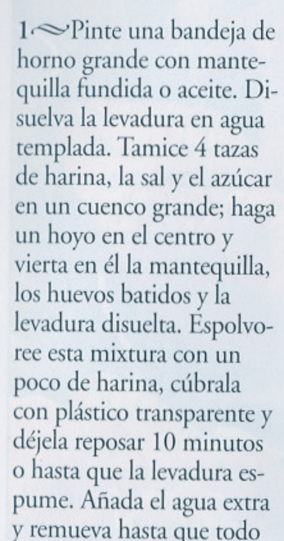
~ Challah ~

Preparación:
50 min + 1¾ h de reposo
Cocción:
40 min

Para 2 trenzas medianas



2 bolsitas de 7 g de levadura desecada	**60 g de mantequilla, fundida**
½ taza de agua templada	**2 huevos, ligeramente batidos**
6 tazas de harina de trigo común	**1 taza de agua templada, extra**
1 cucharadita de sal	**1 yema de huevo**
1 cucharada de azúcar refinada	**2 cucharaditas de agua**
	semillas de sésamo



1. Pinte una bandeja de horno grande con mantequilla fundida o aceite. Disuelva la levadura en agua templada. Tamice 4 tazas de harina, la sal y el azúcar en un cuenco grande; haga un hoyo en el centro y vierta en él la mantequilla, los huevos batidos y la levadura disuelta. Espolvoree esta mixtura con un poco de harina, cúbrala con plástico transparente y déjela reposar 10 minutos o hasta que la levadura espume. Añada el agua extra y remueva hasta que todo esté bien mezclado. Bata con una cuchara de madera 5 minutos. Agregue harina de la sobrante hasta obtener una masa blanda.

2. Trabaje la masa sobre una superficie ligeramente enharinada 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Póngala en un cuenco engrasado con aceite; pinte la superficie con mantequilla fundida o aceite. Tape y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que haya subido por completo. Golpee la masa y trabájela 1 minuto más. Divídala en dos mitades y deje una de ellas en el cuenco; tape con plástico transparente y deje que suba otra vez mientras prepara el primer *challah.*

3. Divida la otra mitad en 3 partes iguales. Enróllelas en forma de cuerdas de 3 cm de grosor y 30 cm de longitud. Colóquelas una al lado de otra sobre la bandeja de horno y tréncelas. Pellizque las puntas y dóblelas hacia abajo para pegarlas. Cubra la trenza y déjela reposar 45 minutos o hasta que haya subido por completo. Actúe del mismo modo con la mitad restante y déjela reposar para que suba mientras la primera está en el horno.

4. Precaliente el horno a 180º C. Pinte el primer *challah* con la yema de huevo mezclada con agua y espolvoréelo con las semillas de sésamo. Hornéelo 35-40 minutos o hasta que el pan esté dorado y suene hueco al golpear la base con los nudillos. Enfríelo sobre la rejilla metálica. Hornee el segundo *challah* y déjelo enfriar.

Nota. Suelen prepararse dos hogazas de este pan judío para la celebración de la cena del *Sabbath.* Si lo prefiere, también puede hacerse un único *challah* de mayor tamaño.
Se conserva hasta 4 días en un recipiente hermético y 1 mes en el congelador.







Coloque juntas las tres cuerdas de masa sobre la bandeja de horno y tréncelas.



Pinte con la yema mezclada con agua y espolvoree con las semillas de sésamo.

~ Bollitos de nata ~

Preparación:
30 min + 1¼ h de reposo
Cocción:
20 min

Para 12 bollitos



3½ tazas de harina de trigo común, tamizada
2 cucharadas de azúcar
½ cucharadita de sal
1⅓ tazas de leche, templada
60 g de mantequilla, fundida
1 bolsita de 7 g de levadura desecada
1¼ tazas de nata
1 cucharada de azúcar glas
½ taza de mermelada de frambuesa o de fresa
2 cucharadas de azúcar glas, extra

1 ~ Pinte dos bandejas de horno con mantequilla fundida o aceite. Espolvoréelas ligeramente con harina y elimine la sobrante. Ponga en la batidora la mitad de la harina, del azúcar y de la sal. Mezcle la leche y la mantequilla en un cuenco pequeño, agregue la levadura y remueva para disolverla. Vierta la mitad de esta preparación de levadura en la batidora y bátalo todo 30 segundos o hasta conseguir una masa fina y homogénea. Trasvásela a un cuenco ligeramente engrasado con aceite. Repita el proceso con la harina y la levadura restantes y agregue la masa resultante a la del cuenco engrasado. Tápela con plástico transparente y déjela reposar en sitio templado durante 1 hora o hasta que haya subido por completo.

2 ~ Vuelque la masa sobre una superficie enharinada, golpéela y trabájela 2 minutos hasta que esté homogénea. Divídala en 12 partes; amase cada una 30 segundos sobre la misma superficie y déles forma de bola.

3 ~ Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º C). Ponga las bolas en las bandejas a una distancia similar. Tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 15 minutos o hasta que hayan subido por completo. Hornéelas 20 minutos o hasta que estén bien cocidas y doradas. Espere 5 minutos y páselas a una rejilla metálica para que se enfríen. Con un cuchillo de sierra, haga un corte diagonal de 5 cm de profundidad en cada bollito, desde la parte superior hacia la base.

4 ~ Con las varillas eléctricas, monte bien firme la nata con el azúcar. Rellene los bollitos con nata y mermelada con la manga pastelera. Espolvoree con azúcar glas.

Nota ~ Si caben en su batidora, bata al mismo tiempo toda la mezcla de harina y levadura



Espolvoree ligeramente con harina la bandeja engrasada y retire la sobrante



Bata en la batidora las mezclas de harina y levadura hasta conseguir una masa fina.





Disponga las bolas de masa a distancias regulares en las bandejas preparadas.



Con un cuchillo de sierra, haga un corte en diagonal en cada bollo horneado.

Trenza griega de Pascua

Preparación:
2 h y 10 min
Cocción:
40 min +
1 h y 40 min de reposo

Para 1 trenza



1 bolsita de 7 g de levadura desecada
2 cucharadas de agua templada
½ taza de leche
60 g de mantequilla
½ cucharadita de sal
¼ de taza de azúcar
1 cucharadita de ralladura de piel de naranja
1½-3 tazas de harina de trigo común
1 cucharadita de anís molido
1 huevo, poco batido

Decoración
1 huevo, poco batido
1 cucharada de leche
1 cucharada de semillas de sésamo
1 cucharada de almendras fileteadas
1 cucharada de azúcar

1. Pinte una bandeja de horno con mantequilla fundida o aceite. Disuelva la levadura en el agua templada y déjela reposar durante 5 minutos o hasta que espume. Caliente en un cazo la leche, la mantequilla, la sal, el azúcar y la ralladura de naranja hasta que la mantequilla se haya fundido y la leche esté tibia. Tamice en un cuenco grande 2½ tazas de harina y el anís; haga un hoyo en el centro y vierta la levadura, la mezcla de leche y el huevo. Agregue poco a poco la harina, batiendo durante 1 minuto o hasta obtener una masa blanda.

2. Trabaje esta masa sobre una superficie ligeramente enharinada durante 10 minutos y vaya incorporando la harina restante hasta que tenga una consistencia fina y elástica. Pásela de nuevo al cuenco aceitado y pinte la superficie con mantequilla fundida o aceite. Tape y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que suba bien.



3. Golpee la masa y trabájela 1 minuto; divídala en 3 partes iguales. Enrolle cada una en 3 tiras iguales de 35 cm de largo. Trence las tiras y doble hacia abajo las puntas. Ponga la trenza en la bandeja y píntela con la mezcla de huevo batido y leche; espolvoree las semillas de sésamo, las almendras y el azúcar (si quiere decorar con huevos pintados, póngalos en este momento; ver nota). Tape con plástico transparente aceitado y deje reposar en sitio templado 40 minutos o hasta que suba del todo.

4. Precaliente el horno a 180º C. Hornee la trenza 30-40 minutos o hasta que esté cocida: sonará hueca al golpear su base con los nudillos. Sírvala templada.

Nota Este bollo es originario de Grecia, donde se sirve el día de Pascua con huevos duros pintados de rojo que anidan confortablemente en su trenza. También es muy atractivo sin los huevos y resulta delicioso de ambas maneras. Para decorar la trenza con huevos duros pintados: emplee 1-2 huevos de gallina o 3-4 de codorniz y colorante alimentario rojo griego para pintarlos. Incruste los huevos coloreados en la masa una vez trenzada y antes del último levado. El colorante rojo puede encontrarlo en tiendas especializadas en productos griegos y se vende con instrucciones detalladas sobre la manera de pintarlos.





Espolvoree la masa trenzada con las semillas de sésamo, las almendras y el azúcar.



Incruste los huevos rojos en la masa después de trenzarla y antes del último levado.

~ Pastelillos Chelsea ~

Preparación:
25 min + 1½ h de reposo
Cocción:
25 min

Para 24 bollitos




- 1 bolsita de 7g de levadura desecada
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 cucharada de harina común
- ½ taza de leche, templada
- 2½ tazas de harina común, tamizada, extra
- 125 g de mantequilla, en trozos
- 1 cucharada de azúcar, extra
- ½ cucharadita de mezcla de especias
- 2 cucharaditas de ralladura de piel de limón
- 1 huevo, poco batido
- 60 g de mantequilla, extra
- ¼ de taza de azúcar morena
- 1 taza de frutas secas variadas
- ½ cucharadita de pimienta, extra

Lustre
- 1 cucharadita de leche
- 2 cucharaditas de azúcar

Glasa escarchada
- ½ taza de azúcar glas
- 1-2 cucharadas de leche

1. Pinte una bandeja de horno grande con mantequilla fundida o aceite. Mezcle la levadura, el azúcar y la harina en un cuenco; agregue poco a poco la leche y remueva hasta conseguir una preparación homogénea. Tape con plástico transparente y deje reposar 5 minutos o hasta que tenga un aspecto espumoso. Ponga en la batidora la harina extra, la mantequilla, el azúcar y las especias; bata 30 segundos o hasta conseguir una mezcla fina y migosa. Incorpore el huevo, la ralladura y el preparado de levadura; bata otros 15 segundos hasta trabar una masa.

2. Trabájela sobre una superficie ligeramente enharinada 2 minutos o hasta que tenga un aspecto homogéneo; déle forma de bola. Pásela a un cuenco grande aceitado; déjela reposar, cubierta con plástico transparente, en sitio templado 1 hora hasta que haya subido por completo. Golpee la masa y trabájela otros 2 minutos para que resulte bien ligada.

3. Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º C). Con las varillas eléctricas, bata la mantequilla extra con el azúcar morena en un cuenco hasta que esté brillante y cremosa. Estire la masa en un rectángulo de 40x25 cm. Esparza la mantequilla y el azúcar por encima hasta 2 cm del borde de uno de los lados más largos. Distribuya las frutas y la pimienta extra. Enrolle la masa en sentido longitudinal con firmeza y proporción formando un tronco que cubra la fruta y la mezcla de mantequilla. Corte el rollo en 8 rebanadas de 5 cm de ancho; colóquelas en la bandeja guardando la misma distancia entre ellas y casi juntas. Ponga las junturas hacia adentro y aplaste ligeramente las ruedas. Tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 30 minutos o hasta que hayan subido del todo.

4. Hornéelas 20 minutos o hasta que estén bien cocidas y tostadas. Sáquelas y píntelas generosamente con el lustre. Páselas a una rejilla metálica para que se enfríen.

Preparación del lustre: ponga la leche y el azúcar en un cazo; remueva a fuego lento hasta que el azúcar se disuelva y la mezcla esté a punto de hervir. Aparte del fuego.

Preparación de la glasa escarchada: remueva el azúcar glas con la leche hasta que quede una glasa fina. Viértala sobre los bollitos barnizados y fríos.





Extienda la mantequilla y el azúcar sobre la masa hasta 2 cm del borde.



Distribuya las ruedas muy cerca unas de otras con las junturas hacia adentro.

Pan de mono

Preparación:
30 min + 2 h de reposo
Cocción:
45 min

Para 1 molde



2 bolsitas de 7 g de levadura desecada
½ taza de agua templada
1 taza de leche
60 g de mantequilla
½ taza de azúcar refinada
4-5 tazas de harina de trigo común
½ cucharadita de sal
1 huevo, ligeramente batido
125 g de mantequilla, fundida
½ taza de azúcar morena suave
½ taza de pasas

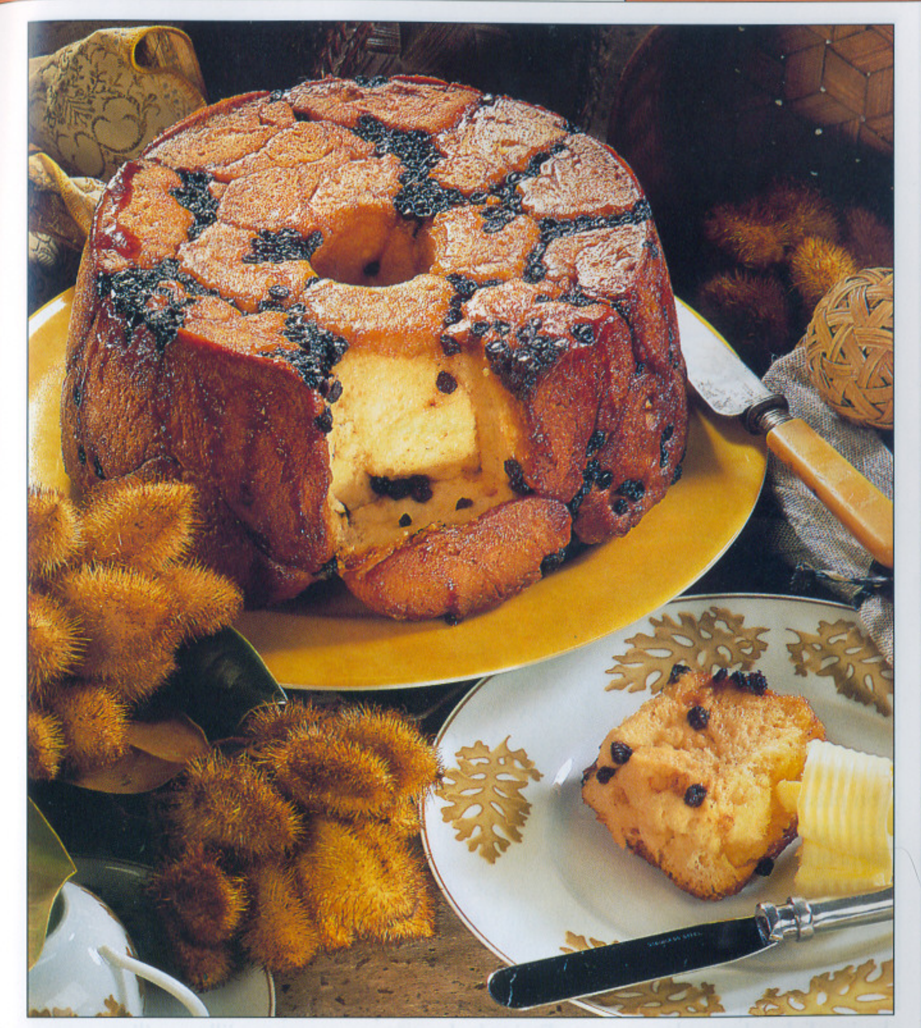
1. Pinte un molde de corona grande con mantequilla fundida o aceite. Disuelva la levadura en el agua caliente, cúbrala con plástico transparente y déjela reposar en sitio templado 5 minutos o hasta que espume. Temple la leche con la mantequilla y el azúcar en un cazo hasta que la mantequilla se haya fundido. Tamice 4 tazas de harina y la sal en un cuenco grande; haga un hoyo en el centro. Añada la levadura, la preparación de leche y el huevo; mézclelo todo bien. Incorpore suficiente harina de la sobrante hasta obtener una masa blanda.

2. Trabájela sobre una superficie un poco enharinada durante 10 minutos o hasta que esté fina y elástica; pásela a un cuenco aceitado. Pinte la superficie con mantequilla fundida o aceite, cúbrala con plástico transparente y déjela reposar en sitio templado 1 hora o hasta que haya subido por completo.

3. Golpee y trabaje de nuevo la masa 1 minuto. Divídala en pedazos del tamaño de una pelota de golf y déles forma de bola regular. Prepare un baño con la mantequilla fundida, el azúcar morena y las pasas. Con una cuchara metálica, sumerja en él cada una de las bolas y embadúrnelas bien.

4. Disponga las bolas en dos pisos en el molde preparado; cubra con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que la masa haya alcanzado el borde del molde. Precaliente el horno a 210º C (de gas, a 190º C) y hornee durante 10 minutos. Baje la temperatura a 180º C y siga cociendo otros 30-35 minutos o hasta que el pan esté bien hecho. Manténgalo 10 minutos en el molde antes de volcarlo sobre una rejilla metálica; vuelva a ponerlo con cuidado en el molde y déjelo enfriar. Así se asegura de que los trozos de pan se mantienen unidos. Desmóldelo otra vez y sírvalo en rebanadas o en trozos pellizcados con las manos. Sírvalo con mantequilla para desayunos, tés y meriendas.

Nota. Para conseguir la forma de un auténtico pan dulce de pasas se necesita un molde hondo como el de corona, que puede encontrarse en tiendas de menaje de cocina.
Se trata de un pan muy popular en Norteamérica; aunque el origen de su nombre no está claro, quizá tenga algo que ver su forma poco corriente.
Se conserva unos 5 días en un recipiente hermético y hasta 1 mes dentro del congelador.





Con una cuchara metálica, sumerja las bolas en el baño preparado y cúbralas bien.



Disponga las bolas en dos pisos en el molde de corona engrasado.

Roscón escandinavo

Preparación:
45 min + 30 min de reposo
Cocción:
30 min

Para 1 roscón



60 g de mantequilla ablandada
2-2½ tazas de harina de trigo común
1 bolsita de 7 g de levadura desecada
¼ de taza de agua tibia
2 cucharadas de azúcar
1 cucharadita de sal
¼ de taza de nata, templada
1 huevo, poco batido
1 huevo extra, separada la clara de la yema
1 cucharadita de agua, extra
2 cucharadas de almendras fileteadas
azúcar, para espolvorear

Relleno
½ taza de azúcar morena
½ taza de nueces picadas
1 taza de dátiles picados

1. Pinte una bandeja de horno con mantequilla fundida o aceite. Mezcle bien la mantequilla con 2 cucharadas de harina en un cuenco. Con una espátula, extienda esta mezcla en un rectángulo de 10x20 cm sobre una hoja de papel encerado. Cúbrala y póngala a enfriar.

2. Disuelva la levadura en agua templada. Cubra con plástico transparente y deje reposar 5 minutos o hasta que espume. En un cuenco grande, mezcle batiendo bien 1 taza de harina, el azúcar, la sal, la nata, el huevo y el preparado de levadura. Incorpore más harina de la sobrante hasta obtener una masa blanda. Pásela a una superficie enharinada y trabájela 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Pásela el rodillo y forme un cuadrado de 20 cm. Ponga el papel con la mezcla de mantequilla helada boca abajo sobre la masa de forma que la mantequilla quede sobre el centro; retire el papel. Doble un lado de la masa sobre la mantequilla y luego doble el otro, procurando que se junten en el centro; únalos mediante pequeños pellizcos. Estire la masa de nuevo y forme un rectángulo de 15x30 cm. Doble el tercio superior de la pasta hacia abajo y luego el tercio inferior, de modo que al final tenga tres pliegues de pasta. Dé la vuelta a la pasta en el sentido de las agujas del reloj hasta que la larga juntura quede a la derecha; junte las puntas. Extienda de nuevo y vuelva a doblar otras 3 veces. Si la masa se pone demasiado blanda, métala en la nevera hasta que se endurezca, y prosiga.

3. **Relleno:** mezcle el azúcar, las nueces y los dátiles. Estire la masa en un rectángulo de 15x70 cm. Distribuya la mezcla en el centro y enróllela en forma de salchicha, con la unión hacia abajo. Pegue los bordes y las puntas con la yema de huevo extra.

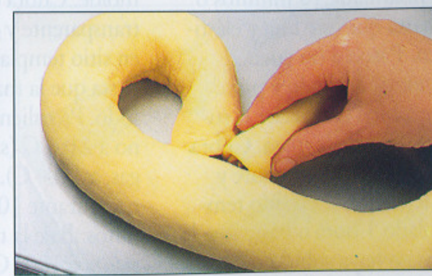
4. Póngala en la bandeja preparada. Forme un roscón y dibuje una gran «B» mayúscula girando las puntas hasta juntarlas en el centro; péguelas con yema de huevo. Cubra y deje reposar 30 minutos o hasta que haya subido bien. Pinte la masa con la clara batida con el agua; espolvoree las almendras y el azúcar. Hornee 25-30 minutos o hasta que esté cocido. Enfríelo en una rejilla metálica.

Nota Los panaderos escandinavos cuelgan a la puerta de sus tiendas una reproducción dorada de este famoso bollo como distintivo de su oficio. En ocasiones también se le da forma de herradura.
Se mantiene hasta 5 días en un recipiente hermético y 1 mes en el congelador.





Distribuya el relleno en el centro de la masa extendida.



Gire las dos puntas hacia arriba para que se junten en el centro formando una «B».

~ Pan integral de fruta ~

Preparación:
40 min + 2 h de reposo
Cocción:
45 min

Para 1 hogaza



- 3½ tazas de harina de trigo común
- 1 taza de harina integral de trigo común
- 2 cucharadas de azúcar refinada
- ½ cucharadita de sal
- 1 bolsita de 7 g de levadura desecada
- 1 cucharada de ralladura de piel de naranja
- 1 taza de zumo de naranja recién exprimido
- ½ taza de agua caliente
- 2 cucharadas de aceite
- 1½ tazas de frutas secas variadas enteras, como orejones, dátiles, higos y ciruelas
- ½ taza de pasas o uvas moscatel
- 1 cucharada de leche, templada
- 1 cucharada de azúcar refinada, extra

1~Pinte con mantequilla fundida o aceite un molde alargado para pan de 12x11x27 cm; forre la base con papel de horno. Ponga 3 tazas de la harina común, la harina integral, el azúcar, la sal y la levadura en un cuenco grande; haga un hoyo en el centro. Mezcle la ralladura y el zumo de naranja con el agua y el aceite. Incorpórelo todo de una vez a la mezcla de harinas y remueva entre 2 y 3 minutos o hasta que esté bien mezclado. Añada la harina restante necesaria hasta obtener una masa blanda.

2~Trabaje la masa sobre una superficie ligeramente enharinada 10 minutos o hasta que esté fina y elástica. Pásela a un cuenco grande aceitado y pinte también con aceite la superficie de la masa. Cubra con film transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que la masa haya subido del todo.

3~Golpee la masa y después extiéndala hasta las medidas de una gran fuente. Mezcle las frutas secas con las pasas o las uvas moscatel; esparza la mitad de la fruta sobre la masa. Dóblela con cuidado e incorpore la fruta sin aplastarla. Repita esta operación con el resto, doblando la masa para que la fruta se reparta por igual. La fruta tiene que conservarse entera mientras se amasa.

4~Divida la masa en dos partes iguales y forme dos bolas homogéneas algo alargadas; póngalas en el molde. Cubra con film transparente y deje reposar en sitio templado 1 hora o hasta que la masa suba del todo. Precaliente el horno a 210º C (si es de gas, a 190º C). Hornee durante 10 minutos. Baje la temperatura a 180º C y siga cociendo 30 minutos más o hasta que el pan esté bien hecho. Cúbralo con papel de aluminio si observa que se tuesta demasiado. Sáquelo del horno; pinte la parte superior del pan con la mezcla de leche templada y azúcar; hornéelo de nuevo durante 5 minutos. Vuelva a pìntarlo con el lustre de leche y azúcar, desmoldéelo y enfríelo sobre una rejilla metálica. Servido con mantequilla es un saludable tentempié, desayuno o merienda.

Nota~También puede acompañarlo con queso.







Doble la masa sobre la fruta y mezcle ambas procurando no aplastar la fruta.



Coloque en el molde las dos bolas homogéneas, ligeramente alargadas.

~ Pan de malta ~

Preparación:
45 min + 1 h y 40 min de reposo
Cocción:
40 min

Para 1 hogaza



- 1 taza de agua tibia
- 1 bolsita de 7 g de levadura desecada
- 1 cucharadita de azúcar
- 2 tazas de harina de trigo integral común
- 1 taza de harina de trigo común
- 2 cucharaditas de canela molida
- ½ taza de pasas
- 30 g de mantequilla, fundida
- 1 cucharada de melaza
- 1 cucharada de extracto de malta líquido
- 1 cucharada de leche caliente
- ½ cucharadita de extracto de malta líquido, extra

1. Pinte con aceite un molde alargado para pan de 21x14x7 cm, y forre la base con papel de horno. Mezcle el agua, la levadura y el azúcar en un cuenco pequeño; tape con plástico transparente y deje reposar en sitio templado 10 minutos o hasta que la mezcla espume. Tamice las harinas y la canela en un cuenco grande; añada las pasas y remueva para incorporarlas bien; haga un hoyo en el centro. Agregue la mantequilla fundida, la melaza, la malta y el preparado de levadura.
2. Con un cuchillo, mézclelo todo hasta obtener una masa blanda. Pásela a una superficie ligeramente enharinada y trabájela durante 10 minutos o hasta que quede fina. Haga una bola con la masa y póngala en un cuenco engrasado con aceite. Déjela reposar cubierta con plástico transparente 1 hora o hasta que haya subido por completo. Trabájela de nuevo 3 minutos o hasta que esté homogénea.
3. Extienda la masa en un cuadrado de 20x20 cm y enróllelo, dejando la unión hacia abajo. Póngalo en el molde, cubra con plástico transparente y deje reposar 40 minutos o hasta que haya subido del todo.
4. Precaliente el horno a 180º C. Pinte la masa con la mezcla de leche y malta extra. Hornee 40 minutos o hasta que esté bien cocido y tostado. Déjelo en el molde 3 minutos antes de pasarlo a una rejilla metálica para que se enfríe.





Tamice la canela, la harina integral y la común en un cuenco grande.



Con un cuchillo, trabaje las mezclas de harina y pasas hasta que la masa esté fina.





Enrolle el cuadrado de masa, procurando que la juntura quede debajo.



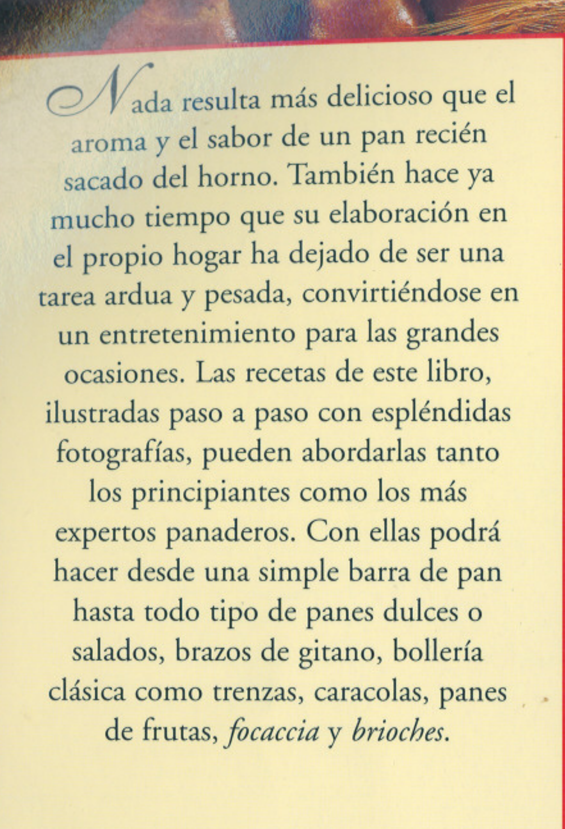
Cuando haya subido la masa, píntela con la mezcla de leche caliente y malta.

~ Índice ~

Ilustración de portada (desde arriba a la izquierda): Pan de patata (p. 18); Grissini (p. 26), Challah (p. 48), Bollitos de nata (p. 50), Roscón sueco para el té (p. 44), Brioche (p. 38).

OTROS TÍTULOS DE ESTA COLECCIÓN:

KÖNEMANN Verlagsgesellschaft mbH · Bonner Straße 126 · D-50968 Colonia



Nada resulta más delicioso que el aroma y el sabor de un pan recién sacado del horno. También hace ya mucho tiempo que su elaboración en el propio hogar ha dejado de ser una tarea ardua y pesada, convirtiéndose en un entretenimiento para las grandes ocasiones. Las recetas de este libro, ilustradas paso a paso con espléndidas fotografías, pueden abordarlas tanto los principiantes como los más expertos panaderos. Con ellas podrá hacer desde una simple barra de pan hasta todo tipo de panes dulces o salados, brazos de gitano, bollería clásica como trenzas, caracolas, panes de frutas, *focaccia* y *brioches*.

KÖNEMANN

ISBN 3-8290-1269-1

9 783829 012690

Anne Wilson

PANES y BOLLERÍA